

سيّدتي
SAYIDATY.NET
مجلّة المرأة العربية
Issue 2128
18 December 2021
سفيرة جائزة السعودية الكبرى
لـ «فورمولا 1»
ريما الجفالي:
أحلم بلقب أفضل
سائقة في العالم
SAYIDATY
GLASS HOUSE
تبادل الأفكار والرؤى
ALL EYES ON
مهرجان البحر الأحمر
السينمائي الدولي
FABULOUS
COLOURS
موضة ألوان 2022
موسم الاحتفالات بالترتر
ريما
ISSN 1319-0857


KNOWLEDGE OF THE CONE
TEN YEN
DUNCE
DUNCE
DUNCE
DUNCE
AMORITE
TEN YEN

مهمة حضارية

يحتفي العالم في الثامن عشر من ديسمبر كل عام باليوم العالمي للغة العربية، التي كانت على مر القرون وسيلة لتناقل المعرفة العلمية والأدبية والسياسية؛ وتحتل مكانة قدسية في الإسلام كونها لغة القرآن الكريم المعجز في بيانه وآياته.

اليوم يتحدث العربية ما يزيد على 400 مليون من سكان الأرض حول العالم؛ ومع ذلك فهي تواجه الكثير من التحديات الداخلية والخارجية؛ على رأسها تراجع القراءة وهجر اللغة العربية الفصحى والغزو الثقافي والعولمة التي أسهمت بها مواقع التواصل الاجتماعي.

أفـردنا لكم فـي صفحات الـعـدد ملفاً يضم صـغـاراً شغوفين واختصاصيين من بلدان عربية مختلفة شاركونا آراءهم حول أهمية التواصل الحضاري باللغة العربية، وكيفية العمل على إزالة العثرات التي تعيق انتشارها. حدثنا فتحي علي خبير اللغة العربية من مصر عن أهمية تبسيط مناهج تعليم اللغة العربية مع التركيز على المراحل التعليمية الأولى لدى الأطفال.

مواجهة الأزمة التي تمر بها اللغة العربية مهمة حضارية؛ ولابد أن نتكاتف لنحققها كمجتمع واحـد باختلاف أدوارنـا فـي الأسرة والمدرسة والإعلام والمؤسسات والوسائل التكنولوجية الحديثة التي تخاطب الأجيال الصاعدة.

تجدون على الغلاف ريما الجفالي أول سائقة سباق سعودية محترفة تنافس في سباقات الفورمولا، والتي تم اختيارها مؤخراً سفيرة لجائزة السعودية الكبرى فورمولا 1. في حوار موسع مع السائقة الشابة ذات الطموحات العالية، أخبرتنا عن سعادتها باستضافة الحدث العالمي الضخم في مدينتها جدة وحلمها بأن تحقق لقب أفضل سائقة في العالم لتكون مصدر إلهام للشابات والشباب في السعودية.



لمى بنت ابراهيم الشثري






HAPPY HEARTS
- Handcrafted in Ethical Gold -



أسسها سنة 1987 **الأمير أحمد بن سلمان بن عبد العزيز**

أسسها: هشام ومحمد علي حافظ



رئيسة التحرير
لمى بنت ابراهيم الشثري

Editor-in-Chief
Lama AlShethry

Lama@sayidaty.net

مديرة التحرير **سلطانة كيروز**
مسؤول التحرير **حسن المير أحمد**
هيئة التحرير **آمال منذر - رولا زعزع عياد- زهراء الخالدي - عتاب نور**
لينا حوراني - معتز الشافعي- ميرنا عباس - نسرين حمود
سكرتيرا التحرير **إيلين الرشماني معاصري - لبنى زيتوني**

www.sayidaty.net







المسؤولون عن التحرير في المكاتب
بيروت: **كلودين كميد** - البحرين: **بدور المالكي** - القاهرة: **مصطفى عبد العال**
المغرب: **سميرة مغداد** - تونس: **الطيب فراد**

المديرة الفنية: **ناتالي ديب**
الإخراج الفني: **جومانة أبو شقرا - سمر شبّاني**
غرافيك وتنسيق الصور: **حسين علوي**

شركات نشر


الشركة السعودية للأبحاث والنشر
www.srpc.com




الشركة السعودية للتوزيع
www.saudidistribution.com


الشركة السعودية للنشر المتخصص
www.sspc.com.sa


الشركة العربية للوسائل
www.arabmediaco.com

الوكيل الإعلاني: شركة الوسائل السعودية Saudi Media Company
السعودية 920033777 966+ KSA | **دبي 45684155 971+** Dubai, UAE
بريد إلكتروني: Email Contact: sales@saudimedia.sa | **الموقع الإلكتروني:** web: https://saudimedia.sa

---

وكلاء التوزيع حي المؤتمرات: ص.ب 62116 | **الرياض** 11585 **هاتف:** 4419933 1 966+ | **فاكس:** 2121774 1 966+ | **بريد إلكتروني:** www.saudi-distribution.com
وكيل التوزيع في الإمارات «شركة الإمارات للطباعة والنشر» دبي هاتف: 3916503 4 971+ | **فاكس:** 3918354 4 971+ | **أبوظبي هاتف:** 6733555 2 971+ | **فاكس:** 6733384 2 971+
وكيل التوزيع في الكويت: شركة باب الكويت للصحافة، الشويخ الصناعية، شارع الصحافة، الكويت، هاتف: 96522272734+ | **فاكس:** 96522272736+
سلطنة عمان مؤسسة العطاء للتوزيع: 96824491399+ | **الأردن شركة الرؤيا الأردنية للإتصالات:** 9624202018+
مصر: مؤسسة الأهرام للتوزيع: 2025786100+ | **البحرين:** مؤسسة الأيام للطباعة والنشر 97317617770+ | **تونس:** الشركة التونسية للصحافة 21671322499+
المغرب: الشركة العربية الأفريقية للتوزيع 222249200+ | **لبنان: الشركة اللبنانية لتوزيع المطبوعات** 9611368007+

CONTENTS

فهرس




84



24
116

الأمير محمد بن سلمان يشهد انطلاق جائزة السعودية الكبرى stc للفورمولا 1

شهد الأمير محمد بن سلمان بن عبدالعزيز ولي العهد نائب رئيس مجلس الوزراء وزير الدفاع، منافسات سباق جائزة السعودية الكبرى stc للفورمولا 1، التي أقيمت على حلبة كورنيش جدة، من 3 - 5 ديسمبر 2021. وتوجه الأمير محمد بن سلمان إلى نقطة انطلاق سيارات سباق جائزة السعودية الكبرى stc للفورمولا 1 في الجولة ما قبل الأخيرة من منافسات بطولة العالم 2021 للفورمولا 1 في موسمها الـ 71، يرافقه الأمير سلمان بن حمد آل خليفة ولي العهد رئيس مجلس الوزراء بمملكة البحرين، و الأمير عبدالعزيز بن تركي الفيصل وزير الرياضة، و الأمير خالد بن سلطان الفيصل رئيس الاتحاد السعودي للسيارات والدراجات النارية، ورئيس الاتحاد الدولي للسيارات جيان تودت.

جدة | «سيدتي» Sayidaty - واس SPA
الصور: من واس SPA



ولي العهد السعودي الأمير محمد بن سلمان وولي عهد البحرين الأمير سلمان بن حمد آل خليفة و وزير الرياضة السعودي الأمير عبدالعزيز بن تركي الفيصل يشهدون منافسات سباق جائزة السعودية الكبرى

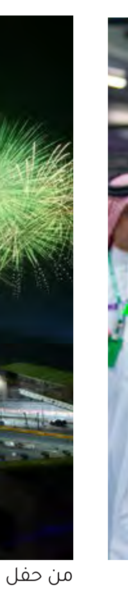
بعد عزف السلام الملكي السعودي، أعلن ولي العهد بدء انطلاق سباق جائزة السعودية الكبرى stc للفورمولا 1، معبراً عن أمنياته للمشاركين بالتوفيق والنجاح، مشيداً بمستوى التنافس القوي الذي يشهده السباق. وقد شهد السباق مع ولي العهد، الأمير خالد الفيصل بن عبدالعزيز مستشار خادم الحرمين الشريفين أمير منطقة مكة المكرمة، وعدد من الأمراء والوزراء، والأمير فيصل ابن الحسين عضو مجلس الشيوخ لرياضة السيارات الدولية FIA، والشيخ عبدالله بن زايد آل نهيان وزير الخارجية والتعاون الدولي بدولة الإمارات العربية المتحدة، والشيخ جوعان بن حمد بن خليفة آل ثاني رئيس اللجنة الأولمبية القطرية، والمهتمون في رياضة سباقات الفورمولا، وعددٌ من الضيوف.

حفل اختتام مبهر

وفي اليوم الثالث تم الاحتفال باختتام هذه الجولة من السباق العالمي بحفل مبهر أدهش الحاضرين والمتابعين، بعد منافسة شديدة بين أبرز أبطال هذا النوع من السباقات العالمية. حيث قام الأمير عبدالعزيز بن تركي الفيصل وزير الرياضة، بتقديم خالص الشكر والتقدير للأمير محمد بن سلمان بن عبدالعزيز ولي العهد



الأمير محمد بن سلمان وعدد من الضيوف خلال الجولة في حلبة السباق



من حفل الاختتام المدهش





تسليم الجوائز للفائزين



جانب من السباق

نائب رئيس مجلس الوزراء وزير الدفاع، على تشريفه وحضوره سباق جائزة السعودية الكبرى stc للفورمولا 1. وقال بهذه المناسبة: «إن حضور سمو ولي العهد لهذا الحدث العالمي الكبير والذي تستضيفه المملكة لأول مرة، مصدر فخر واعتزاز وسعادة لنا جميعاً، وهو تأكيد لحرص سموه على نهضة ونمو القطاع الرياضي، ومحفز كبير لنا لمضاعفة الجهود والعمل المستدام لتحقيق المزيد من النجاحات التي تسجل باسم بلادنا الحبيبة المملكة العربية السعودية، من خلال استضافة أكبر المنافسات الرياضية في مختلف الألعاب، وإبراز قدرات أبناء وبنات هذا الوطن وإمكاناتهم العالية».

ونجح المتسابق البريطاني «لويس هاميلتون» سائق فريق مرسيدس من حسم لقب سباق جائزة السعودية الكبرى STC للفورمولا 1 على حلبة كورنيش جدة، بعد حصوله على المركز الأول في الجولة 21 (ما قبل الأخيرة) من موسم سباقات الفورمولا 1 لموسم 2021، بعد منافسةٍ شرسة مع الهولندي «ماكس فيرستابين» سائق فريق رد بُل الذي حلّ ثانياً، فيما خطف الفنلندي فاليري بوتاس» المركز الثالث.

تتويج الفائزين

وبعد نهاية السباق توّج وزير الرياضة، البريطاني «لويس هاميلتون» بجائزة المركز الأول، فيما سلّم رئيس الاتحاد السعودي للسيارات والدراجات النارية، الهولندي «ماكس فيرستابين» جائزة المركز الثاني، كما منح الرئيس التنفيذي لشركة أرامكو أمين الناصر ، الفنلندي «فاليري بوتاس» جائزة المركز الثالث، وأخيراً تسلم مدير المهندسين بفريق مرسيدس بالسباق جائزة تقديرية من الرئيس التنفيذي لمجموعة stc المهندس عليان الوتيد.

وعبّر البريطاني هاميلتون عن سعادته بالفوز بهذا السباق حيث قال: «لقد كان حدثاً رائعاً والشعب السعودي هنا مضياف جداً، أما عن السباق فقد كان صعباً جداً، ولكن انتصرنا أخيراً، وأنا فخورٌ بالفريق، وسعيد جداً بالجمهور الذي وجد في المدرجات»، فيما قال الهولندي فيرستابين: «السباق كان شيقاً جداً، لقد فعلت كل ما يمكن للفوز ولكن المركز الثاني لا بأس به في الوقت الراهن، وسننتظر ماذا سيحدث في أبو ظبي»، فيما تحدث صاحب المركز الثالث الفنلدي «بوتاس» قائلاً: «لم يكن سباقاً سهلاً على الإطلاق، هذه الحلبة رائعة فعلاً لأنها تستخرج أفضل ما في السائق جسدياً ومعنوياً».



إلهام علي
صبا مبارك
نيللي كريم وزوجها

انطلقت دورته الافتتاحية بحضور المشاهير مهرجان البحر الأحمر السينمائي الدولي.. محط أنظار العالم

شهدت مدينة جدة التاريخية في المملكة العربية السعودية انطلاق النسخة الأولى من مهرجان البحر الأحمر السينمائي الدولي في 6 ديسمبر وحتى 15 ديسمبر 2021، وحضر حفل الافتتاح فنانون وكتاب وصناع السينما من مختلف دول العالم، ووثق الحدث عدد من الجهات الإعلامية المحلية والعربية والعالمية. وقد استضافت «جدة البلد» أول سجادة حمراء لاستقبال ضيوف حفل الافتتاح، والذي شهد عرض فيلم «سيرنو» للمخرج المشهور جو رايت.

جدة | **ولاء حداد Wala Haddad**
تصوير | **عبدالله الفالح Abdullah ALfaleh**

شهدت السجادة الحمراء مرور كبار النجوم والمواهب السينمائية العربية والعالمية. من العالم العربي هاني أبو أسعد، أميرة دياب، محمد هنيدي، إيناس الدغيدي، صبا مُبارك، نيللي كريم، عماد مرزوق، لبلبة، هالة صدقي، نجيب بلقاضي، إلهام شاهين. ومن بقية أنحاء العالم: أنطوني ماكي، كاترين دينوف، فينسنت كاسل، كلايف أوين، تيري فريمو، هيلاري سوانك، ميشيل مورون، ستيفن دورف، جون كورتارينا، أليخاندرا أونيفا، تينا كوناكي، أليساندرا أمبروسيو، كانديس سوينبويل، سارة سامبايو، إرينا شايك، ساشا لوس، ألتون مايسن، ريك يون، سونيا بن عمّار، شانينا شايك، لينا بيرمينوفا، وآخرون.


اليساندرا امبروسيو


الفنانة شيباني داندكر والمنتج فرحان أختر


فنسيت كاسل مع تينا كونامي

نجوم السعودية

كما شهدت السجادة الحمراء باقة كبيرة من نجوم السعودية ومواهبها بمن فيهم يعقوب الفرحان، فاطمة البنوي، وحيد جمجوم، حسن عسيري، يوسف الجرّاح، خالد الفرّاج، ياسر السقاف، علي الكلثمي، محمد أبو حمدان، فيصل الدوخي، محمد الدوخي، إبراهيم الخيرالله، علاء فادن، صهيب وفارس قُدس، ميلا الزهراني، إلهام علي، خالد صقر، مشعل الجاسر، براء عالم، خالد الحربي، العنود سعود، سعد عبد العزيز، وعبد الله ظهران.

كما شهد حفل الافتتاح حضور أعضاء لجان تحكيم الدورة الافتتاحية وهم: جيوسبي تورناتوري، شيرين دعيبس، هند صبري، دانيلا ميشيل وعبد العزيز الشلاحي من لجنة تحكيم مسابقة الفيلم الطويل، وعهد كامل وخضر عيدروس من لجنة تحكيم الأفلام القصيرة.

«سيدتي» مع الفنانين

«سيدتي» وثقت هذه اللحظات والتقت عدداً من الفنانين الذين تحدثوا عن المهرجان والأهمية التي يحظى بها.

الفنانة الكبيرة نادية الجندي تحدثت عن سعادتها بالمهرجان وقالت: «حقيقة أنا سعيدة بهذه النهضة الفنية الحاصلة في المملكة في عهد الملك سلمان وولي العهد محمد بن سلمان، وأبارك للسعودية على هذا المهرجان المميز، ولا أنسى أن الشعب السعودي كان مشجعاً دوماً للفن المصري ولي شخصياً، وأتمنى أن أرى قريباً أفلاماً عالمية سعودية وأفلاماً مشتركة بين السعودية ومصر».

الممثل ماجد المصري، الذي حضر برفقة زوجته، عبر عن إعجابه بالمهرجان، وقال: «هذه هي المرة الأولى التي أزور بها مدينة جدة بشكل رسمي، وأقول مبروك للمملكة العربية السعودية على هذا الحدث، وأنا مبهور بالتنظيم واختيار المكان وكل التفاصيل المتعلقة بالمهرجان، وأشكر القائمين عليه على هذا التميز، فجهود الوزارات المعنية في السعودية باتت واضحة للعالم أجمع، وأتمنى لهم مزيداً من النجاح».

الدكتور نادر صعب من أوائل الذين كانوا على السجادة الحمراء برفقة زوجته مقدمة البرامج أنابيلا هلال تحدث عن مدى إعجابه بالمهرجان، وقال: «لنا الشرف نحن اليوم بأن نكون في قلب السعودية في هذا المهرجان الذي يعد من أهم المهرجانات في المنطقة العربية، وما شاهدناه اليوم وخلال الأيام السابقة يدل على أن مدينة جدة أصبحت مركزاً للمشاهير من العالم في مختلف المجالات».

الممثل والمقدم وسام بريدي حضر المهرجان برفقة زوجته ريم السعيدي وتحدثا لسيدتي عن سعادتهما بزيارة مدينة جدة للمرة الأولى، وعن المهرجان قالا: «بالفعل السعودية تواكب العالم وتتميز في كل ما تقدمه، وهذا المهرجان خير مثال على مدى التطور السريع الحاصل في المملكة على مختلف الأصعدة، وأهمها الصعيد الثقافي الفني الذي نحضر أحد أهم أحداثه اليوم، ونتمنى للسعودية نجاحات أكثر».


الفنانة يسرا


هند صبري


ليلى علوي



الفنانون السعوديون يتألقون

ممثلة المسرح ونجمة التيك توك خديجة أشرف عبرت عن سعادتها بحضور المهرجان وقالت: «فعلاً جدة غير، وأكاد لا أصدق نفسي وأنا أحضر مهرجان في بلدي، ومتحمسة لمشاهدة الأفلام السعودية المشاركة والأفلام العالمية التي ستعرض للجمهور للمرة الأولى».
مقدم البرامج والممثل ياسر السقاف وبطل فيلم «أبطال» المشارك في المهرجان، تحدث لنا قائلاً: «إحساسي في هذا المهرجان لا يوصف، وهو مهرجان سوف ينافس عالمياً لما نشاهده من إبداع وتفوق في التنظيم والمحتوى، وأجده فرصة رائعة لكل شاب وشابة في السعودية لديهم مواهب متعددة في صناعة السينما».
الممثلة والفنانة سارة طيبة وصفت إحساسها بحضور المهرجان وقالت: «السجادة الحمراء في كل مكان جميلة إلا أنها في السعودية أشعر بأنها مختلفة تماماً، فكم أن سعيدة بالسير عليها في بلدي، وسعيدة بهذا الحدث العالمي الذي سيدعم صناعة السينما السعودية».
المذيعة ومعدة البرامج وصانعة المحتوى والمنتجة إيمان بكر يونس تألقت على السجادة الحمراء بزي تراثي، وعبرت عن فخرها بهذا الحدث، وتابعت: «نحن دولة غنية ومتطورة تقودها قيادة رشيدة ولنا مكانة عالمية، لذلك نستحق مثل هذا المهرجان الذي نظهر من خلاله أصالتنا وثقافتنا، ونسهم به في صناعة السينما العالمية والعربية».
الممثلة إلهام علي من أبطال فيلم «بلوغ» المشارك في المهرجان أكدت على أهمية هذا المهرجان وعلقت: «منذ سنوات طويلة والسينما السعودية موجودة محلياً وعربياً وكثير من الأفلام السعودية شاركت بمهرجانات عالمية، ويأتي هذا المهرجان ليؤكد على ذلك ويفتح الآفاق أمامنا، وأتمنى أن نتقدم أكثر وأكثر في مجال صناعة الأفلام».

مهرجان البحر الأحمر

أُنشئ مهرجان البحر الأحمر السينمائي الدولي ليصبح مهرجاناً سينمائياً فعالاً ذو أهمية فاعلة على الساحة السينمائية الدولية، ليكون مهرجاناً سينمائياً رائداً على مستوى العالم العربي، كما يدعم المهرجان نمو ثقافة وإمكانات المجتمع السينمائي المحلي من خلال تنمية المواهب المحلية والعربية وتعزيز المعرفة بصناعة السينما. يعد المهرجان أيضاً فرصة للشباب السعودي: لاكتشاف الثقافات العالمية من خلال تأثير صناعة السينما.
وضم برنامج المهرجان 138 فيلماً طويلاً وقصيراً من 67 بلداً بـ 34 لغة، لمخرجين معروفين وأصوات جديدة واعدة تُكتشف لأول مرة، منها 25 فيلماً في عرض عالمي أول، و48 فيلماً في أول عرض عربي، و17 فيلماً في عرضها الأول في منطقة الخليج. وقدّم المهرجان فرصة حقيقية لاكتشاف الجيل الجديد من المواهب السينمائية السعودية حيث عرض 27 فيلماً طويلاً وقصيراً.
وقال رئيس لجنة مهرجان البحر الأحمر السينمائي الدولي محمد التركي لـ«سيدتي»: «هذه لحظة تاريخية تشهدها المملكة، وشخصياً هو حلم بالنسبة لي، وغير مستوعب أنه تحقق بالفعل، ونحن اليوم في بالفعل في أول مهرجان سينمائي سعودي دولي يقام في منطقة جدة التاريخية المسجلة في لائحة التراث في اليونيسكو، وهذا المهرجان هو فرصة حقيقية لدعم إرثنا الثقافي والفني ودعم صناعة السينما على مستوى العالم، وأن يكون لنا مشاركة رئيسية في ذلك».

أقسام برنامج المهرجان

مسابقة البحر الأحمر: ضمت المسابقة الرسمية بشقيها للفيلم الطويل والقصير أهم الإبداعات السينمائية من آسيا وإفريقيا والعالم العربي، حيث عرض المهرجان 18 فيلماً ضمن مسابقة

الأفلام القصيرة و16 فيلماً في مسابقة الفيلم الطويل، تنافست على جوائز «اليُسر».

روائع العالم وروائع عربية: مختارات لأفلام مستقلة، وأضخم إنتاجات الاستوديوهات، بما فيها من عروض أولى، وأفلام حاصلة على جوائز.

اختيارات عالمية: أعمال أسرت قلوب المشاهدين، وأثارت عقول النقّاد، إضافة إلى باقة من الأعمال الاستثنائية من اختيار فريق مهرجان البحر الأحمر السينمائي الدولي.

سينما السعودية الجديدة (الأفلام القصيرة): أعمال جريئة، انطباعية، منفتحة؛ استثنائية، تجسّد روح العصر؛ وتبعث على التغيير.

سينما السعودية الجديدة (الأفلام الطويلة): أعمال روائية ووثائقية سعودية من مبدعي وروّاد موجة السينما الجديدة.

كنوز البحر الأحمر: استعراض لروائع كلاسيكية، ومسيرات عمالقة مبدعين، من تحف السينما العربية، وكنوز سينما العالم.

جيل جديد: قصص ساحرة لجيل شاب، من عشاق السينما، ومخرجي المستقبل.

السينما التفاعلية: برنامج السينما التفاعلية بالتعاون مع «فن جميل»، يعرض إبداعات مثيرة توظّف أحدث التقنيات لتروي قصصاً فريدة لها تأثيرها الخاص على المشاهد.

حلقات البحر الأحمر: العروض الأولى في السعودية لأهم المسلسلات، سواء التلفزيونية أو المخصصة لمنصات الإنترنت..

مبادرة سينما الحارة: وهي اول مبادرة توعوية، تتألف من عدة دورات وعروض تُقدم في الهواء الطلق في احياء مختلفة في مدينة جدة.

سوق البحر الأحمر: وهو برنامج غني يهدف إلى تعزيز التبادل المعرفي، وتحفيز الإنتاج المشترك، إضافة إلى دعم التوزيع الدولي، وخلق فرص جديدة للتعاون والتوزيع والإنتاج.


رئيس المهرجان محمد التركي
مع الفنانة ميلا الزهراني



خديجة أشرف

لجان التحكيم

ضمت لجنة تحكيم سوق المشاريع الشاعر ومؤسس مهرجان أفلام السعودية أحمد الملا، والمنتج الأمريكي أليكس ماديغان، والمنتج الألماني ثاناسيس كاراثانوس. فيما ضمت لجنة تحكيم المشاريع قيد الإنجاز كلاً من المدير العام لمهرجان واغادوغو للأعمال السينمائية والتلفزيونية الإفريقية أليكس موسى ساوادوغو، والمخرجة والكاتبة والمنتجة الفلسطينية آن ماري جاسر، والمخرج والكاتب الفرنسي لادج لي.

هذا وأقيمت أربع ندوات حوارية لافتة، كما تم تكريم فنانين من العالم العربي والغربي، وهم:

المخرجة والمنتجة السعودية هيفاء المنصور، والنجمة ليلى علوي، والممثلة الفرنسية كاترين دينوف، وجاك لانغ رئيس معهد العالم العربي في فرنسا. كما استضاف المهرجان دورة تخصصية مع النجمة القديرة يُسرا.



ياسر السقاف

سفيرة جائزة السعودية الكبرى لـ «فورمولا 1»

ريما الجفالي:

أتمنى تحقيق لقب أفضل سائقة في العالم

سطَّرت اسمها بحروفٍ من ذهب في تاريخ الرياضة النسائية السعودية، إذ اختيرت أخيراً سفيراً لجائزة السعودية الكبرى لـ «فورمولا 1»، السباق العالمي الذي احتضنته مدينة جدة على مدار ثلاثة أيامٍ في أجواءٍ من التشويق والإثارة، لتصبح السعودية من بين 23 دولة تستضيف الحدث الرياضي الكبير.
استطاعت أن تضيف لقباً جديداً إلى سجل إنجازاتها بأن تصبح أول سائقةٍ سعوديةٍ محترفةٍ تنافس في سباقات «الفورمولا».. بدأت مسيرتها بالحصول على رخصة سباقٍ رسمية، ما سمح لها بالمشاركة في بطولات «فورمولا 4» في بريطانيا كأول سعودية تخوض غمار هذه الرياضة، وتتالت مشاركاتها بالظهور في سباق الدرعية الدولي، والتتويج ببطولة «TRD 86» التي أقيمت في حلبة ياس بأبو ظبي، العاصمة الإماراتية.
ريما الجفالي، التقتها «سيدتي»، فتحدثت لنا عن اختيارها سفيرةً لبطولة «فورمولا 1» التي استضافتها مدينة جدة، وأهدافها من المنصب الجديد، كما كشفت أوراق مشاركاتها في هذه الرياضة.

تنسيق | **عتاب نور Etab Nour**
تنسيق تصوير | **أماني السراج Amani Alsarraj**
حوار | **وليد عنتر Waleed Anter**
تصوير | **ماجد عنقاوي Majed Angawi**
خبيرة المظهر | **وفاء الدخيل Wafa Aldekhail**
مكياج | **ميسون الرمال Maysoon Alrammal**
تصفيف شعر | **Kaso**
الأزياء | **متجر رباعيات في جدة**



الجاكيت من Gucci، و القميص
والبنطلون من Burberry
كلها من رباعيات

بدايةً، حدِّثينا عن اختيارِكِ سفيرةً لسباق جائزة السعودية الكبرى «فورمولا 1» في جدة؟

الحمد لله، أتنافس في هذا المجال الرياضي منذ عام 2018، ومعظم السباقات التي خضتها كانت خارج السعودية في إنجلترا والإمارات، لذا أسهمت خبرتي الكبيرة في هذه الرياضة في اختياري سفيرةً للجائزة، وأتمنى أن أصبح مصدرَ إلهامٍ للشباب والفتيات في وطني، وأن أساعدهم في فتح أبوابٍ جديدةٍ للحلم، والتفكير في تحقيق آمالهم في المجال الرياضي والمجالات الأخرى.

استطعت من خلال هذا الحدث تقديم قصتي ومشواري، والكشف عن الصعوبات التي واجهتها، وتعريف الناس بكل ما يخصُّ هذا المجال للاستفادة من خبرتي فيه، وشكَّل السباق فرصةً لي للالتقاء بكثيرٍ من الزوَّار من داخل السعودية وخارجها.

سباق جائزة «فورمولا 1» جدة

ما تقييمكِ للسباق الذي احتضنته جدة وسط زخمٍ رياضي وإعلامي وفني كبير؟

هذا فخرٌ لنا بأن تستضيف بلادنا هذا السباق الكبير. مهما حاولت لن أستطيع وصف سعادتي بإقامة سباق جائزة «فورمولا 1» في مدينتي الجميلة جدة، حيث استطعت في السباق أن أجمع أهلي وأحبابي في عروس البحر الأحمر لمشاهدة حدثٍ عالمي يعدُّ الأول في هذه الرياضة.

السباق بكل ما فيه جاء أكثر مما توقعته، حماسة كبيرة ومشاركون على أعلى مستوى وجمهورٌ في قمة الروعة. السائقون كذلك أبدوا إعجابهم وانبهارهم بالتنظيم والحلبة، التي استغرق العمل عليها ثمانية أشهرٍ فقط، وهو رقمٌ قياسي جدير بالفخر، كما أن حضور المسؤولين، وعلى رأسهم ولي العهد الأمير محمد بن سلمان، والحشد الإعلامي الكبير، أضاف للسباق كثيراً من الوهج ومنحه أصداء رائعة.

شاركتِ في سباقاتٍ على حلباتٍ عالمية، في بريطانيا والهند والإمارات، ما الفرق بين تلك الحلبات وحلبات السباق المحلية في جدة والدرعية؟

نعم، خضت سباقاتٍ في حلباتٍ عدة، منها سباقات شوارع، وأخرى على حلباتٍ عادية. أستطيع التأكيد بناءً على خبرتي، أن الحلبات السعودية في الدرعية وجدة أصعب بكثيرٍ من أي حلبةٍ عالمية، إذ لا مجال فيها للخطأ، عكس الحلبات الخارجية التي يمكن للسائق إصلاح خطئه إذا ما وقع، وأتمنى إنشاء حلباتٍ مختلفةٍ في السعودية لفتح الباب أمام كل المتسابقين لممارسة رياضتهم المفضَّلة.

فخر واعتزاز بالوطن

بوصفكِ سائقةً وبطلة رالياتٍ، ماذا يمثِّل لكِ دخول السعودية بقوةٍ عالم رياضة السيارات دولياً، واستضافتها عديداً من السباقات العالمية؟

هذا يدعوني وكل سعودي للفخر بوطننا الغالي. استفسارُ كثيرٍ من الشباب والشابات لي حول إمكانية تدرُّبهم ومشاركتهم في هذه الرياضة دليلٌ على وجود إقبالٍ كبيرٍ من السعوديين على رياضة سباقات السيارات وهذا ما كان ليتحقق لولا هذه الاستضافات.

ما رأيكِ فيما تجده المرأة السعودية من دعمٍ وتمكينٍ على كافة الأصعدة، خاصةً في المجال الرياضي؟

هناك حراكٌ كبيرٌ تشهده السعودية منذ سنواتٍ، وتغيُّرٌ سريعٌ للأنماط التي كانت سائدةً في المجتمع، مع توفير فرصٍ هائلة لشبابنا وشاباتنا في كل المجالات. في الرياضة مثلاً يتمُّ تنظيم عددٍ كبيرٍ من البطولات العالمية في ألعابٍ مختلفة، منها الجولف، وسباقات السيارات، والتنس، وهذا ما جعلنا نشاهد لاعباتٍ سعودياتٍ يشاركن في الأولمبياد، لكننا في عالم سباقات السيارات ما زلنا في البداية، ونحتاج إلى وقتٍ حتى نبني أنفسنا في هذه الرياضة، ومع ذلك أعدُّ بدايتنا فيها قويةً جداً، وكلي حماسة لتطور سباقات السيارات في السعودية مستقبلاً، وظهور أبطالٍ وبطلاتٍ سعوديين ينافسون داخل البلاد وخارجها، وتسجيل عديدٍ من السعوديات أسماءهن في سجلات المجد، خاصةً مع توجُّه الدولة لدعم وتمكين المرأة، وتشجيع المجتمع لها.

دعم كبير

ماذا يعني لكِ أن تصبحي أول سعوديةٍ تشارك في سباقٍ دولي للسيارات «جاغوار أي بيس» على حلبة الدرعية عام 2019، وأول سعوديةٍ تحصل على رخصة سباقٍ؟

حقيقةً، لم أتوقَّع أبداً أن أصل إلى هذه المكانة العالية. دخلت هذه الرياضة مدفوعةً بحبي وشغفي بسباقات السيارات، وتلقيت دعماً وتشجيعاً كبيرَين لم أتوقعهما، وكان هدفي في البداية تعلُّم هذه الرياضة بوصفها مجرد هواية، لكنني بعد أول مشاركةٍ لي في سباقٍ جرى في الإمارات، قررت الاحتراف في هذه الرياضة الرائعة، خاصةً بعدما لمسته من دعم أهلي والجمهور السعودي لي، وحقاً بدأت أتعلَّم هذه الرياضة بطريقةٍ صحيحة، ومن هنا انطلقت رحلتي الرياضية، والحمد لله، استمر هذا الدعم الكبير لي في أول سباقٍ محلي أخوضه، وتحديداً في الدرعية، حيث حظيت بمساندةٍ كبيرة من أهلي وأحبابي وأبناء وطني.

خلال مسيرتي تعلَّمت الكثير، وشرفٌ كبيرٌ لي بأن أرفع علم وطني في المناسبات التي أشارك فيها، فسابقاً كان هدفي من مشاركاتي أن أبدأ السباق وأصل إلى خط النهاية فقط، أما اليوم فأسعى إلى حصد الألقاب لرفع اسم وطني عالياً.

بماذا أفادكِ انضمامكِ إلى فريق «دوجلاس موتورسبورت» الإنجليزي؟

أفادني كثيراً. من الضروري أن ينضم سائق السباقات إلى فريقٍ متميز، وهذا ما فعلته بالانضمام إلى فريق «دوجلاس» الذي دعمني كثيراً، واستفدت من خبرة أعضائه الكبيرة في البطولات، خاصةً الإنجليزية. قوة الفريق وخبرته أكدتا لي بأنني أخذت خطوةً أكبر من العام الماضي.

كيف تعيشين الأجواء التنافسية والحماسية خلال السباقات؟

كل شيءٍ يحدث بسرعة، لذا يجب عليَّ اتخاذ قراراتٍ مصيرية في لحظات. في البداية كنت أفكر في كيفية قيادة سيارتي بمهارة، وتجاوز السيارات التي تسبقني، لكنني مع اكتساب الخبرة أصبحت أفكر بكل ما يحدث من حولي، وما الذي يجب عليَّ فعله، وهذا جاء لاهتمامي بأن أكون واقعيةً منذ البداية، وأحدِّد هدفي في كل سباقٍ أخوضه.

القوة الجسدية والتركيز

كيف تقضين أوقاتكِ في المعسكرات التدريبية والمشاركات الخارجية؟

بعد دخولي رياضة الـ «فورمولا» اكتشفت بأنني أحتاج إلى القوة



القميص والبنطلون Nanushka،
والجاكيت الجلد من Opening Ceremony
كلها من رباعيات



الصدرية الفرو من Forte Forte
والقميص من Adeam،
والبنطلون من Off White
كلها من رباعيات



أخطط لإنشاء مركز تدريبي أساعد فيه السعوديين والسعوديات على خوض سباقات السيارات

أحلم بالمشاركة والفوز بسباق «لومان 24» الفرنسي وأن أصبح مصدر إلهام للشباب والفتيات



القميص من Yves Saint Laurent،
والبدلة من Andgounique
كلها من رباعيات

خلال مسيرتي تعلّمت الكثير، وشرفٌ كبيرٌ لي بأن أرفع علم وطني في المناسبات التي أشارك فيها

هناك حراكٌ كبيرٌ تشهده السعودية منذ سنواتٍ، وتغيُّرٌ سريعٌ للأنماط التي كانت سائدةً في المجتمع

الجسدية والتركيز الكبير، لذا اشتركت في عديدٍ من النوادي، وصرت أمارس رياضاتٍ أخرى خارجها، تساعدني في مجالي، مثلاً خلال معسكراتي التدريبية في النمسا أمارس رياضة التسلق لتعزيز مهاراتي.

ما الذي جذبكِ للدخول إلى عالم سباق السيارات الذي كان حكراً على الرجال سابقاً؟

بالفعل، لم تكن هناك سائقاتٌ سعوديات سابقاً في هذا المجال. منذ صغري وأنا أحبُّ الرياضة، وأعشق السيارات، كما كنت ألعب كرة القدم، وكرة السلة، وفي جامعتي بأمريكا مارست التنس، لكنني اكتشفت في النهاية حبي لسباقات السيارات، إذ تجمع بين حبي للرياضة وحبي للسيارات، وحقاً بدأت في تعلم هذه الرياضة التي تتضمَّن فئاتٍ عدة، وبعد التخرُّج أصبحت أتدرَّب في حلبات سباقاتٍ في بريطانيا.

ما أبرز الصعوبات التي واجهتكِ في مسيرتكِ الرياضية؟

من أصعب الأمور التي واجهتها في بداياتي عدم معرفتي أي شخصٍ في هذا المجال، وعدم وجود الوقت الكافي لممارسة هذه الرياضة بسبب دراستي، وارتباطي بوظيفة.

تركتِ مجال دراستكِ في العلاقات الدولية وعملكِ في المجال المالي، واتجهتِ إلى سباقات السيارات، ألا تعدِّين ذلك مغامرة؟

نعم، كانت مغامرةً. بعد التخرُّج، وإثبات نفسي في العمل لأكثر من ثلاث سنواتٍ، عدت إلى السعودية، وكانت لدي أفكارٌ عدة لمشروعاتٍ متنوعة، لكنني اخترت في النهاية دخول سباقات السيارات بعد خضوعي لفترة تدريبٍ استمرت ستة أسابيع، ثم المشاركة في سباق بأبو ظبي.

بعد أربع سنواتٍ في هذا المجال، أصبحت تجربتكِ الرياضية تمثِّل إلهاماً لكثيرٍ من السعوديات، كيف تتعاملين مع ذلك؟

دخلت مجال الرياضة بواقعيةٍ، ولم أكن بسنٍّ صغيرة حينها، ومع مرور الوقت ازداد شغفي بالسباقات، وصرت أعيش الحلم، خاصةً مع تطور أدائي، وحالياً أعمل على دعم السائقات السعوديات ممن يرغبن في دخول المجال، حيث أتواصل معهن، وأقدِّم لهن الاستشارة والنصح، وأرشدهن للطريقة الصحيحة، ليتعلَّمن من رحلتي ومن أخطائي كذلك، وأخطِّط مستقبلاً لإنشاء مركزٍ تدريبي لمساعدة السعوديين والسعوديات على خوض سباقات السيارات.

ماذا عن موقف أسرتكِ من دخولكِ عالم السباقات، كيف استقبل الجميع قراركِ؟

كما قلت، بدأت ممارسة هذه الرياضة في سنٍّ كبيرة، والحمد لله وجدت دعماً كبيراً من أهلي الذين أكدوا لي ثقتهم في قراري. والدتي كانت تعلم منذ البداية مدى شغفي الكبير بهذه الرياضة، لذا لم تتفاجأ بدخولي المجال، ومن المعروف أن هذه الرياضة مكلفة، ولولا دعم أهلي لي من البداية ما كانت لأصل إلى ما وصلت إليه اليوم.

كيف يُنظر لكِ بوصفكِ سائقةً سعودية خلال مشاركاتكِ الخارجية؟

أول فوزٍ لي كان في الإمارات، وتحديداً في حلبة ياس، يومها وجدت دعماً كبيراً من الجميع. في مشاركاتي الخارجية، في أوروبا والعالم، غالباً لا يتوقعون أنني من السعودية، وكذلك يتفاجؤون بعمري، فعادةً في الفئة التي أشارك فيها تتراوح أعمار السائقين بين 15 و17 عاماً أي أصغر مني بعشر سنوات، وكلي فخرٌ بأن أسهم في تغيير أفكارهم وتوقعاتهم عن السعودية والسعوديات.

ما أبرز هواياتكِ؟

بدأت أخيراً في ممارسة هوايةٍ جديدة، وهي رياضةٌ تمزج بين ثلاث رياضات، السباحة والجري وقيادة الدرَّاجات، وأمارس هذه الهواية على الكورنيش والبحر والجبال في جدة، ومن الجميل جداً أن أخرج للطبيعة، وأن أبتعد قليلاً عن النادي.

شخصية طبيعية

حدِّثينا عن ريما الإنسانة؟

ريما الإنسانة، هي ذاتها ريما سائقة سيارات السباقات. أحاول قدر استطاعتي أن أظهر بشخصيتي الطبيعية، حتى لو كان ذلك في لقاءٍ، أو عبر الـ «سوشيال ميديا»، وأرى في الرياضة شيئاً أساسياً في حياتي، كما أحب الطبيعة والمغامرة واكتشاف المناطق الجديدة، وتعلم أمورٍ جديدة.

كيف تتعاملين مع شبكات التواصل الاجتماعي؟

في البداية كان الأمر صعباً بالنسبة لي، إذ كنت أجد صعوبةً في الظهور طبيعيةً على الـ «سوشال ميديا»، لكن بمرور الوقت أصبحت أشارك جمهوري رسائلي ومغامراتي الجديدة من أماكن مختلفة، وتمكَّنت بفضل الله من إلهام أشخاصٍ كثرٍ في جميع أنحاء العالم عبر قصتي، لاسيما الفتيات، وصرت أساعدهم جميعاً في تحقيق أحلامهم مهما كانت غريبة.

متى تستخدمين خاصية الـ «بلوك»؟

لا أستخدمها أبداً، فكل شخصٍ حرٌّ في إبداء رأيه، سواءً كان سلبياً أو إيجابياً. أحترم آراء الجميع، ومنذ بداياتي، حتى قبل ظهور الـ «سوشال ميديا»، أتميَّز بالثقة في نفسي وقراراتي، ولا أهتمُّ بما يقوله المحبطون عني.

فريقكِ الكروي المفضل؟

صراحةً، لا أتابع كرة القدم، لكن والدي يشجع الأهلي، لذا فميولي أهلاوية.

أخيراً، ما طموحكِ الرياضي؟

حلمي كان ولا يزال المشاركة والفوز بسباق «لو مان 24» الفرنسي، وأن أصبح أفضل سائقةٍ في العالم، وأن أساعد الراغبين من السعوديين والسعوديات في دخول المجال، وتقديم تجربتي لهم.

لغة العيون

د. سعاد الشامسي Dr. Suaad Al Shamsi
أول مهندسة طيران إماراتية
مستشارة فنية لمشروع مطار أبو ظبي الجديد
@suaadalshamsi



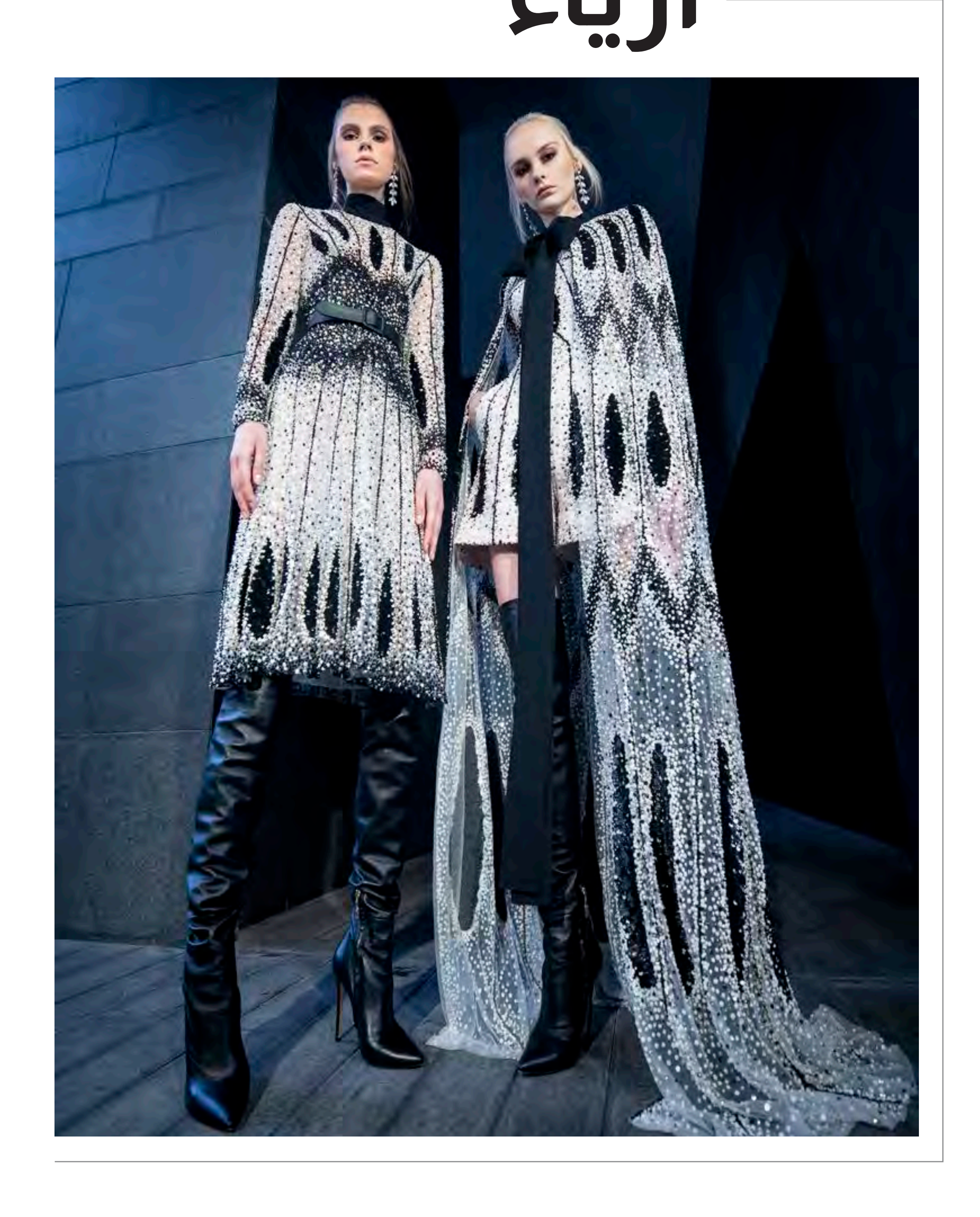
نَظرة تَحمِلُ ألف معنى، ترتقي بِكَ إلى ما فوق النجوم، تتلاعب بعُمرك في طُرفة عين، تُعيدك إلى ما قبل الوعي، تُزيح إدراكك جانباً، فينكَمِش قلبك إلى النِصف، ويصير عقلك في الرابِعة مِن عُمره، تتأرجح الحياة في عينيك على يدي طِفل، تتساقط أوراق الورد القُرمُزي على أرضِك، فتَجعل مِنكَ مَلِكاً مِن ملوك أوروبا في القرن الحادي عشر، تختال في جَنَتِك مُتكَبِراً كأنك ملكت الدُنيا بأسرِها في حافِظةٍ صغيرة. يُفرِز عقلك هِرموناً مِن السعادة يمنحك الخلود في الحياة، هذا هو أكسير الحياة الذي طالما بحث عنهُ البشر في كُل بِقاع الأرض.

تبدأ اهتماماتك في التساقُط شيئاً فشيئاً، يُنادونَك فلا تسمع أحاديثَهُم، تبدأ أوقاتَك في الاختلاط، وكُل خطة قد أعددتها يوماً ألقيت الآن في إحدى أدراجك المُهملة. إنه الوجه الحقيقي للحُب، حين تضع حياتَكَ بأكملها بين كفوف مَن تُحِب، حين تلتقي الأعيُن فتتحدث بلُغةٍ لا يفهمها سواها، حين تتلامس الأيدي فتنتقل حرارة الإعِجاب مِن أحدكُما لتسري في أنسجة الآخر، حينها فقط تستمِع لموسيقى لا تُعزَف، وتُمطِر السماء ماء زهر وشهداً، و تُصبِح في كوكب مِن الياقوت، تتلاشى صور بني البشر مِن مُخيلتك، فلا ترى سوى وجهاً كالقَمر حين يكتمل، وعينين مرسومتين بماء الذهب، وشعرٍ كالموج يُزين اللوحة، كُلما نظرت إليها ازدادت جمالاً.

حين تَصِل إلى تِلك اللحظة، دع عقلك يُسانِد القلب بالشعور، فَكِر فيما إذا كانت هذه اللحظة لساعاتٍ، لشهور، أو لسنواتٍ قادِمة.. فَكِر فيما إذا كانت تِلك اللحظة هي عُمرك الآتي بأكمله، هُنا يَعمل عقلك على خلق ميزان مِن المَنطِق والبصيرة، لتَزِن الأمور قبل أن تختل إحدى الكفتين، ليَكُن حُبَك صادِقاً ومُتوازناً، ما بين مشاعِرَك النقية وعقلك الحكيم.

FASHION
REPORT

أزياء





فندي Fendi

PANTONE COLOR TREND 2022

مرح الألوان بانتظارك في العام الجديد

مـع اقتـراب كل موسـم جديـد، تطلـق شـركة بانتـون Pantone العالميـة، لوحة الألـوان التي ستسـيطر علـى خياراتنا بشـكل عام، والتي سـيكون لها تأثيـر واضح في عالم الموضة بشـكل خاص. ولموسـم ربيـع وصيف 2022 المقبـل، أتحفتنا الـدور العالمية بتصاميمها التي عكسـت درجات لونية منعشة ومرحة، تنبئنا بإطلالات حيويّة تناسب أجواء هذا الموسم.

بيروت | **رولا زعزع عيّاد Roula Zaazaa Ayad**



Light Blue

الأزرق الفاتح

أكثر درجات الأزرق زهاءً رأيناها في عروض هذا الموسم، قدّمتها الدور العالمية على تصاميم متنوّعة. رأينا الجمبسوت باللون الأزرق الفاتح، والذي يناسب مختلف الإطلالات والمناسبات، كما لفتتنا تصاميم الفساتين والبدلات التي تزيّنت بهذه الدرجة الناعمة.

Soft Pink

الزهري الناعم

يزيد اللون الزهري من أنوثة الإطلالة ورقّتها، فما بالك لو أن درجة الزهري الأكثر رواجاً خلال هذا الموسم هي الزهري الفاتح والناعم. ستضفي الأزياء باللون الزهري كثيراً من الانتعاش إلى إطلالاتك في موسم الصيف المقبل.

بورا أكسو
Bora Aksu

أمبوريو أرماني
Emporio Armani

جيني باكهام
Jenny Packham

جوناثان سيمكاي
Jonathan Simkhai

كوريج
Courrèges

أديم
Adeam

Misty Lilac

بنفسجي ضبابي

من لوحة البنفسجي الغنيّة اختار المصمّمون الدرجة الباستيلية الفاتحة. هي من الألوان التي ستغني خزانتك الصيفية بتأثيرها الهادئ والأنيق على إطلالاتك. تألقي بفستان باللون البنفسجي الضبابي، واختاري معه إكسسوارات باللون الفضي، لتحافظي على إشراقة طلّتك.

Heated Red

الأحمر الناري

هي درجة الأحمر التي تبعث الكثير من الجرأة والدفء في إطلالاتك. اختاريها هذا الموسم لتلفتي الأنظار إليك، وتتألقي بأزياء أنيقة ومميّزة، مع تنوّع التصاميم التي قدّمتها الدور العالمية.

كيتون
Kiton

ألايا
Alaïa

أكريس
Akris

Electric Blue

الأزرق الكهربائي

لا يغيب اللون الأزرق بشكل عام عن مجموعات الربيع والصيف، وللموسم المقبل جاء الأزرق بدرجته الكهربائية القويّة، والتي زيّنت تصاميم متنوّعة من الفساتين والسراويل والسترات.. ما يضع أمامك خيارات واسعة لتتألقي بهذا اللون.

جوهانا أورتيز
Johanna Ortiz

أليس أند أوليفيا
Alice and Olivia

Coca Mocha

البني الموكا

على الرغم من أن اللون البني يندرج ضمن الألوان الترابية التي تناسب أجواء الشتاء الباردة، فقد استطاع أن يحجز مكانة هامة في لوحة ألوان الموسم المقبل. لم نرَ الكثير من درجات البني، ولكن درجة الموكا كانت بارزة بشكل لافت.



بورا أكسو
Bora Aksu

كريستيان ديور
Christian Dior

شانيل
Chanel

فابيانا فيليبي
Fabiana Filippi

كريستوفر إسبر
Christopher Esber

Joyful Yellow

الأصفر المرح

يعكس اللون الأصفر إشراقة الشمس وشعاعها المتوهّج. وقد قدّمته الدور العالمية لموسم ربيع وصيف 2022 بدرجة مرحة يمكنك أن تتألقي بها في مختلف المناسبات، خاصة وأن مجموعة التصاميم التي ارتدت هذا اللون كانت غنيّة ومتنوّعة.

Blazing Orange

البرتقالي المتوهّج

من أكثر الألوان التي رافقت موسم ربيع وصيف 2022، حتى كادت لا تغيب عن مجموعة أي دار من الدور المشاركة في عروضه. اكتسب اللون البرتقالي لمسة متوهّجة نارية، جعلته أحد أبرز الألوان التي يمكنك اختيارها إذا كنت تبحثين عن إطلالة مشرقة ومنعشة في الوقت نفسه.



بوتيغا فانيتا
Bottega Veneta

أيه زد فاكتوري
AZ Factory

ماج Maje

كريستيان ديور
Christian Dior

ماكس مارا
Max Mara

Aquamarine Green

أخضر زبرجدي

هو درجة ربيعية منعشة من درجات اللون الأخضر، مستوحى من حجر الزبرجد بلونه المنعش. إذا كنت تبحثين عن إطلالة صيفية مرحة، يمكنك أن تمزجي الأخضر الزبرجدي مع اللون الأبيض بمختلف درجاته.

Peacock Blue

أزرق الطاووس

هو لون غامض وساحر، يمكنك أن تمزجيه مع الكثير من الألوان وفق الإطلالة التي تبحثين عنها. فعلى سبيل المثال، يمكنك أن تضفي المزيد من الصخب والمرح على طلّتك من خلال مزج هذه الدرجة من الأزرق مع اللون البرتقالي، أو أن تتألقي بإطلالة هادئة من خلال مزجه مع درجات اللون الأبيض.



بيبهو موهاباترا
Bibhu Mohapatra

مونيك لويلييه
Monique Lhuillier

بلومارين
Blumarine

بوتيغا فينيتا
Bottega Veneta

موسكينو
Moschino

Lime Green

الأخضر الليموني

لفتتنا هذه الدرجة من اللون الأخضر في مواسم سابقة، حيث احتلت مكانة في لوحات الألوان الموسمية، وها هي تعود من جديد لتضفي لمستها المنعشة على إطلالات الصيف المقبل. ستجدين الأخضر الليموني في مجموعات كثيرة، حيث قدّمها المصمّمون على السراويل والبدلات والفساتين.. بما يتناسب مع مختلف الأذواق والإطلالات.

DIOR CRUISE 2022
مجموعة تخاطب الأنوثة المترفة

مجموعــة ديور كروز 2022، مســتوحاة مــن الحضارة اليونانية. حرصت ماريا غراتســيا كيــوري على تضمينها ألوان الذهبي والأبيض والأزرق الإغريقي، بتصاميم تحاكي الأنوثة المترفة في قالب عصري فاخر.



مجموعة :Dior Cruise 2022 - تصوير: CHRISTINA FRAGKOU ©
من اليسار: فستان طويل أبيض مع حزام ذهبي. تتزين العارضة بدبوس شعر وأقراط وأساور وخواتم.
في الوسط: سترة وصدار وشورت بالأبيض والأزرق ولغينغ أزرق. حقيبة Dior Vibe Classic Bowling
الى اليمين: جاكيت بنمط كاناج وقميص باللون الأبيض، صدار أسود وتنورة بيضاء بنمط كاناج.



من اليسار: فستان طويل أبيض مع حزام ذهبي. تتزين العارضة بدبوس شعر وأقراط وأساور وخواتم.
الى اليمين: جاكيت بنمط كاناج وقميص باللون الأبيض، صدار أسود وتنورة بيضاء بنمط كاناج.



فستان ذهبي طويل وغطاء رأس وأساور وخواتم وحذاء رياضي أبيض وذهبي Dior Vibe.

بكلمة..

Maha Alahmad مها الأحمد
كاتبة ومهتمة بالأدب والفلسفة
@maha1.alahmad



الكلمات هي الحواس الخمس للشعور، الوسيلة المؤكدة والحصانة الأقوى لمشاعرنا.
بعض حروفها رقيق والبعض الآخر صلب وقاس، وبكلا الحالتين هي رشيقة في عبورها أي جزء منا، فمهما امتلكنا من مهارات لن تسعفنا في التصدي لهجماتها إن كانت مؤلمة ومدمرة.
تنقلاتها خفيفة وخفية، بها تشتعل حروبنا مع أنفسنا والغير، وبها تُخمد أكبر مشكلاتنا ومآسينا، بكلمة نبني علاقة وبأخرى قد نهدمها، تخفق لبعضها قلوبنا مرتبكة وأيضاً قد تصاب بالخرس المفاجئ.
لا تصدق نفسك لو أوهمتك أنك تستطيع العيش من دون أن يُردد على مسامعك كلمات تشجعك حينما يتوقف بك الطريق فجأة، كلمة إطراء لطيفة حينما تكون منهكاً من فوضاك، كلمة تشعرك بالحب حينما تبهت نبضاتك، تخفف عنك شعور الوحدة لأنها ارتقت لأن تكون الونيس لك، حتى إذا رحل صاحبها عنك يبقى لك منه صدى كلماته ليحميك ويؤنس وحدتك.
لو قال لك أحدهم إنك تعاني من علة أو خلل هو السبب وراء تأثرك المبالغ بالكلمات، أو أنك قوي كفاية لتستغني عنها!! فلا تصدقه..
جميعنا مهما بلغنا من القوة والثقة نحتاج أشخاصاً لديهم قاموس مختلف من الكلمات، يمتازون بالسخاء والصدق، لا يختارون الكلمة الأنسب فحسب بل الأجمل على الإطلاق، لا يستعملون الكلمات كأداة لتؤذينا بل لتجعلنا مبتهجين وسعداء.
لو استرجعنا ذكرياتنا سنجد أننا انتقينا منها بعض الكلمات لتعبر عنها، حتى إن نسينا شكل الزمن لا يمكننا نسيان الشعور الذي رافق لحظاتنا بسبب كلمة قيلت في ذلك المكان.
لو توقفنا عند أكبر نجاحاتنا أو حتى أصغرها سنجد أننا التقطنا في عقلنا الباطن صوراً للكلمات الصادقة التي قيلت لنا فأصبحت جزءاً من هذا النجاح.
حتى ولو مرت أمامنا انكساراتنا السابقة أول ما سنتذكره منها تلك الكلمات البسيطة التي اختار أصحابها أن يكونوا السبب في ترميمها وترميم ما بعدها.



بيبهو موهاباترا
Bibhu Mohapatra

SEQUIN FESTIVE SEASON

موسم الاحتفالات بالترتر

الأزيـاء اللّماعـة المزينة بالترتر هي صيحـة لا منافس لها خصوصاً في موسـم الاحتفالات. تأتي هذه الصيحة لتفرض نفسـها بشـكل كبير في موسم خريف وشـتاء 2021 – 2022 وهي ليست حكـراً علـى أزياء الكوتـور Couture فقط، بل دخلت الى عالم الأزيـاء الجاهزة Ready To Wear. مصممـون كثر يعتمدون هذه الموضة فـي جزء من مجموعاتهم مضيفين اليهـا رونقاً خاصاً.

بيروت | **ساره مرتضى Sarah Mourtada**



فيلوزوفي دي لورينزو سيرافيني
Philosophy Di Lorenzo Serafini

آتلين
Atlein

شانيل Chanel

Sequins X Brands

يحب المصممون ابتكار التصاميم التي تلفت النظر، لذا نراهم يركزون على الأقمشة اللمّاعة وتلك المزينة بالترتر لتصميم قطع خاصة بالسهرات المتألقة. ومن أبرز الماركات التي تركز على هذه الصيحة، علامة شانيل Chanel التي تدخل الترتر في طيات تصاميمها خصوصاً مع قماش التويد الذي تشتهر به الدار. كذلك يتعامل إيلي صعب Elie Saab بشكل كبير مع الترتر البرّاق ويدخله في الأقمشة المنسدلة الجميلة، عاكساً بذلك أنوثة لا مثيل لها على إطلالة المرأة. أيضاً، رصدنا هذه الصيحة لدى دافيد كوما David Koma من خلال موضة الفساتين القصيرة المزينة بالترتر، وفي تنانير سيلين Céline وبرادا Prada وفساتين كارولينا هيريرا Carolina Herrera. وطبعاً، لم يغب الترتر عن بدلات ألبيرتا فيريتي Alberta Ferretti الكلاسيكية والجميلة. هذا ولفتتنا فساتين نعيم خان Naeem Khan المطرزة بكاملها بالورود من الترتر الجميل والملوّن. اللافت في الموضوع، أن التصاميم التي دخل اليها قماش الترتر تنوعت ما بين الفساتين والبدلات والتنانير، وغيرها من القصات الجميلة.

Black Sequins

أكثر ألوان الترتر رقياً هي تلك التي تأتي باللون الأسود والتي تعكس لمسات من الرقي على الإطلالة. تليق هذه التصاميم بالسهرات المتألقة، ويحلو معها تنسيق إكسسوارات باللونين الفضي أو الأسود، أو حتى إكسسوارات ملونة جميلة وجذابة.

Ways to Style Colorful Sequins

إن عملية تنسيق الأزياء المزينة بالترتر الملون لا تعدّ سهلة كعملية تنسيق الترتر الأسود، بل على العكس تتطلب منك جهداً وذكاءً في الاختيار:

في البداية اختاري لون تصميم الترتر الذي يتناغم مع بشرتك، ولا تلجأي الى تدرجات لا تليق بك.

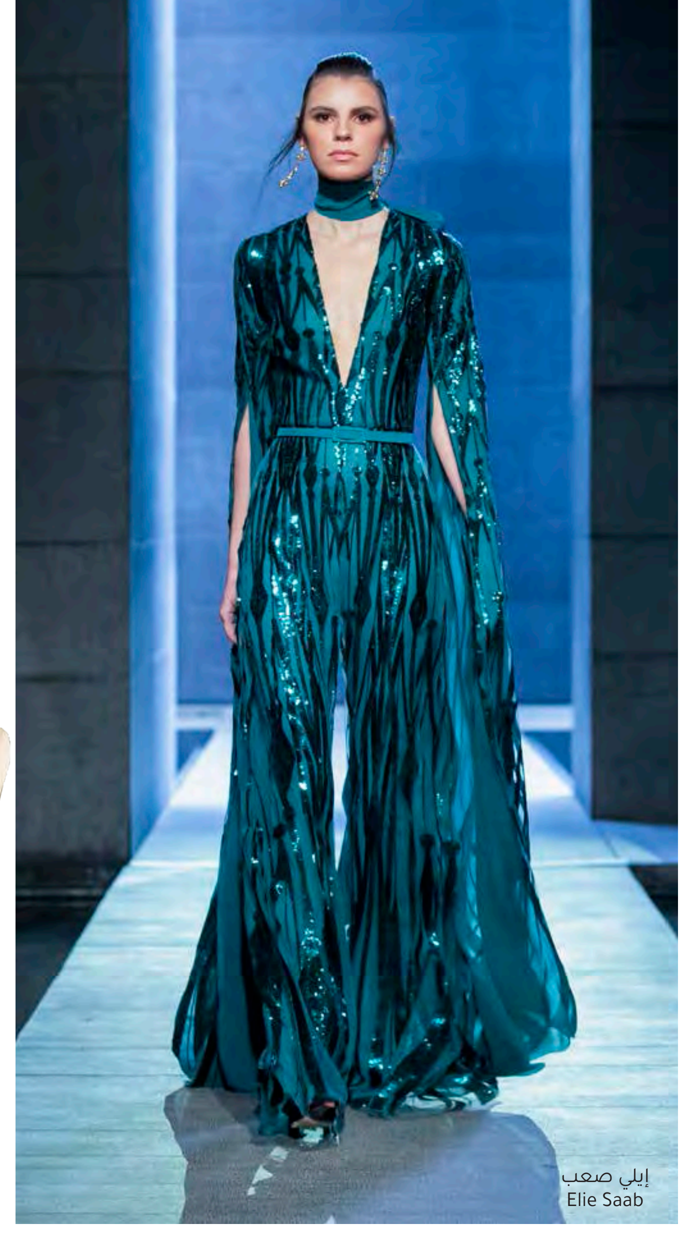
يفضل عدم اعتماد إكسسوارات ملونة مع هذا الطابع من الأزياء، حيث يمكنك أن تكتفي بأقراط صغيرة وخاتم ناعم.

لا تخلطي ألواناً كثيرة مع بعضها البعض بهدف الحصول على إطلالة حيوية، بل على العكس، راعي دائماً أن هذا القماش ملفت للنظر ووحده كفيل بإيفاء الغرض المنشود.


جيني
Genny

برادا
Prada

شانيل
Chanel


إيلي صعب
Elie Saab

Glitter Glitter

عندما يدخل بريق الترتر على مطلق أي قماش ومن أي لون كان فهو يضفي إليه لمعاناً يستقطب الأضواء والأنظار. ومن الألوان التي طرح بها الترتر هذا الموسم، هناك الهادئة منها، والباستيلية، والكلاسيكية وأيضاً الفاقعة. مروحة من الألوان الشاملة التي تضمّنت الزهري الهادئ والأنثوي كما لدى كارولينا هيريرا Carolina Herrera، والكحلي الرصين كما لدى سيلين Céline وشانيل Chanel، والأخضر لدى إيلي صعب Elie Saab وبرادا Prada، وتدرجات أخرى عديدة رأيناها لدى دور عالمية كثيرة.



أنطونيو
ماراس
Antonio
Marras

ألبيرتا فيريتي
Alberta Ferretti

جيني Genny

Glamour in Suits

عندما نقول ترتر، قد يتراءى لنا للوهلة الأولى، فستان طويل أو قصير ضيّق لمّاع ذو تفاصيل مثيرة. الا أنه هل يمكن أن تتخيّلي بدلة مزيّنة بالترتر؟ نعم، إنها موضة الموسم من دون منازع. فقد برزت هذه الصيحة لدى دور عديدة، مثل ألبيرتا فيريتي Alberta Ferretti وجيني Genny وأنطونيو ماراس Antonio Marras وغيرها... طبعاً، ستفاجئك هذه الطلة بأسلوبها الجريء الذي لا يمت للكلاسيكية بصلة. ولكن لا تظني أنه بإمكانك أن ترتديها للذهاب إلى المكتب! بل على العكس، هذه البدلات هي مخصصة للمناسبات المهمة والأعياد. فقد سبق ورأينا نجمات كثيرات متألقات بها في احتفالات خاصة بالسجادة الحمراء. لذا حضري نفسك للتنويع في إطلالتك وللظهور بأسلوب جديد في مناسباتك من خلال البدلات الكلاسيكية، المفصّلة حسب قوام الجسم، والمطرّزة بالترتر.

Sequins Essentials

من المهم أن تعرفي جيداً ما هي الإكسسوارات الأساسية التي يجب أن تترافق مع موضة الترتر، إذ لا يمكن أن تكملي طلتك بشكل عشوائي:

ننصحك باعتماد حقيبة يد ذات حجم صغير Clutch أو Mini Bag، ولا تتجهي نحو التصاميم الكبيرة الحجم والتي لن تليق بطلة الترتر أبداً.

ارتدي دائماً الكعب العالي مع هذه التصاميم، لكي تبرزي جمالياتها وتزيدي من طابعها الأنثوي والراقي.

اختاري الإكسسوارات الجلدية لتنسقيها مع طلة الترتر، وابتعدي عن إكسسوارات الترتر، لأنك ستظهرين بأسلوب مبالغ به.

يمكنك أن تسدلي فوق كتفيك قطعة من الفرو، التي ستبدو متناسقة جداً مع زيّك البرّاق.



إيزابيل ماران
Isabel Marant

بودابست سيليكت
Budapest Select

إترو Etro

نعيم خان
Naeem Khan



Gold & Silver

تكلمنا في ما سبق عن التصاميم المصنوعة من الترتر الأسود وعن الترتر الملون. ولكن طبعاً، لم تغب عن بالنا تصاميم الترتر الفاخرة المنسوجة من ألوان الذهبي والفضي التي لا تليق الا بمناسباتك الخاصة. فالتصاميم التي سبق ورأيناها يمكنك أن ترتديها خلال يومياتك بطريقة غير مبالغ بها، لكن هذه الفساتين، لن تليق الا بحفلات الأعراس أو موسم الاحتفالات أيضاً، مع الإشارة الى أنها جميعها من مجموعات الأزياء الجاهزة لكنها منسوجة بطابع الكوتور. طبعاً، الرائدة في هذه التصاميم هي دار اليزابيتا فرانكي Elisabetta Franchi التي تخصص في كل مجموعة لها حيزاً مهما من الأزياء المصنوعة من هذا القماش الملفت للنظر. كذلك، رصدنا الفستان الذهبي الطويل اللماع مع جيامباتيستا فاللي Giambattista Valli و موسكينو Moschino، هاتين الدارين اللتين تتلاعبان مع هذا القماش الفاخر بأسلوب حرفي رائع.

شانيل
Chanel

موسكينو
Moschino

بالنسياغا
Balenciaga

ارمانو سكيرفينو
Ermanno Scervino

جيامباتيستا فاللي
Giambattista Valli

اليزابيتا فرانكي
Elisabetta Franchi



MAËVA BEZZIOUNE
تصاميمي تعكس الثقة بالنفس

لمستها في عالم الأزياء، لها بصمة خاصة، فأسلوبها متحرر ولا يقيّده شيء. رسمت لنفسها طريقاً خاصاً بدأ من فساتين الزفاف الراقية إلى الفساتين الراقية إلى الأزياء الجاهزة، فمشت عكس التيار المتعارف عليه. إنها المصممة الجزائرية الفرنسية مايفا بزيون Maëva Bezzioune التي لا تصمّم إلا القطع الجريئة والملفتة للنظر، عاكسةً من خلال أسلوبها جرأة على المرأة التي ترتديها كاسرةً أمامها كل الحواجز التي قد تعيقها. في هذا اللقاء الخاص معها، تطلعنا المصممة عن بداياتها، وعن الخطوط التي تعتمدها في مجموعاتها، وعن مصادر الوحي لديها، وعن مشاريعها المستقبلية.

بيروت | **ساره مرتضى Sarah Mourtada**



ولدت علامة ماي باريسMaë Paris في عام 2016، على يد المصممة الموهوبة مايفا بزيون Maëva Bezzioune التي نشأ معها حب التصميم منذ الصغر. Maëva ولدت في فرنسا من والد جزائري وأم إيطالية، وهي لديها هذا الحس الفرنسي الأنيق. شعارها الأساسي في الحياة هو تمكين المرأة، فهي لا تحب المرأة الضعيفة التي لا شخصية لها، بل على العكس تحب أن تشجع المرأة وتقويها وتجعلها صاحبة أسلوب مستقل. وهذا ما تعكسه من خلال أزيائها.

أخبرينا عن بدايتك في عالم الموضة.

لطالما حلمت بإنشاء علامتي الخاصة منذ الصغر. في العاشرة من عمري، كنت أسرق سراً ملابس من خزانة والدي وأخصّص لها مكاناً في غرفتي. بعد خمس سنوات، بدأت العمل كعارضة أزياء، وبعد فترة وجيزة أدركت أنني لم أعد أرغب في ارتداء إبداعات الآخرين: أردت أن يرتدي الناس إبداعاتي. تزوجت بعد 10 سنوات، وأصبح زوجي أول شخص يمنحني الشجاعة لتحقيق هذا الحلم وإنشاء علامتي التجارية الخاصة. ولدت Maë Paris بمجموعة من فساتين الزفاف في الفترة الأولى، وبعد فترة وجيزة أدخلت إليها فساتين السهرة الراقية. كنا نعمل في هذا المجال لمدة 4 سنوات، عندما أدركت أنني أريد أن أعبر عن نفسي أكثر، لذلك ابتكرت خط Maë Paris للملابس الجاهزة. تطورت علامتي تدريجياً وبدأت بالتوسع شيئاً فشيئاً، فأصبحت تشمل كل العناصر اللازمة للتصميم الفاخر والأنيق.

أزياء الكوتور والجاهزة

أي أسلوب للكوتور تتبعين؟

لأزياء الكوتور نستخدم تقنيات التصميم، مثل الطيات والتطريز باللآلئ والكريستال والهندسة المعمارية المعقدة في ملابس السهرة. وتم تصميم موديلات Maë Paris الراقية، ذات النفحة القريبة من الباروك،





مع مجموعة متنوعة من العناصر المميزة: الكورسيه، والسترات المطرزة للسهرة، وأغطية السهرة، والأقمشة البراقة، والمطرزات باللؤلؤ وكريستال سواروفسكي. وقطع الأزياء تصنع دوماً حسب المقاس، أو تكون قطعاً فريدة.

ماذا عن الأزياء الجاهزة؟

ملابس Maë Paris الجاهزة قوية وأنثوية وسهلة الإرتداء ومتطورة، وهي مصنوعة وفق تصاميم تساعد على اكتساب الثقة بالنفس. القطعة الأساسية في الخط هي السترة، التي أعيد النظر فيها من خزانة ملابس الرجل؛ والخط الكامل بشكل عام يتميز بمزيج من العناصر الذكورية والأنثوية في قطعة واحدة، مع لعب على الزخارف ثنائية اللون وثنائية النسيج.

بين الجذور وثقافة الشارع

كيف هي تفاصيل مجموعة خريف وشتاء 2021 -2022؟

في خريف هذا العام، قدمنا مجموعة خاصة من الملابس الرياضية Athleisure بالإضافة إلى الملابس الجاهزة، والتي تحمل اسم Street By Maë. إنها رحلة جديدة تمامًا للعلامة التجارية، تعيدني في الواقع إلى جذوري وإلى ثقافة الشارع التي أحبها. والآن أقوم بتحويلها من خلال عدسة «الأزياء الراقية» الخاصة بي، أي أنني ألتقط أحدث صيحات أزياء الشارع. يشمل هذا الخط قطعًا غير رسمية ومريحة لكي ترتديها السيدة خلال أوقات النهار، وتنسقيها مع زوج من الأحذية الرياضية أو مع الكعب العالي حسب رغبتك.

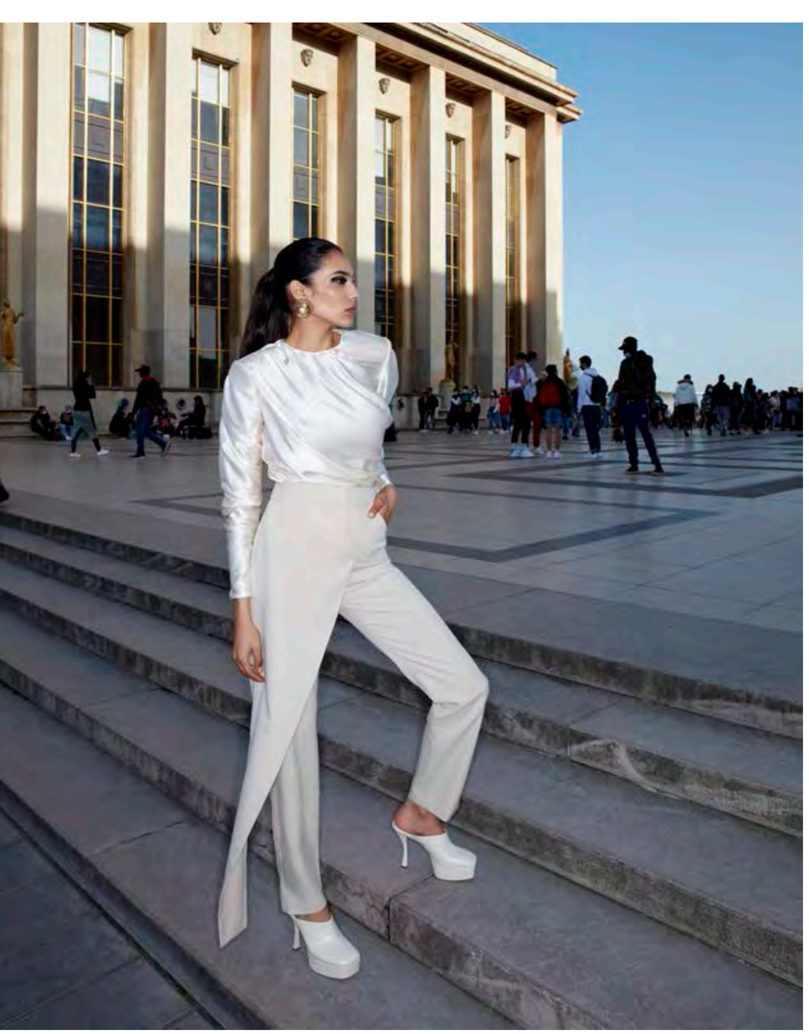
من أين تستوحين تصاميمك؟

الحمض النووي للعلامة التجارية هو تمكين المرأة: تم ابتكار كل تصميم لترجمة فكرة امرأة قوية ومستقلة. أشارك دائمًا هذه الطاقة من خلال ملابسي، وهذا النوع من الطاقة يساعدني في إنشاء تصاميم تناسبني حقًا، وأريد أن تختبر كل امرأة هذا الشعور بالحرية.

قطعة لكل الأوقات

ما هي القطعة الأكثر مبيعاً في مجموعتك؟

القطعة الأكثر مبيعًا هي أيضًا أكثر القطع التي أشعر بالفخر بها، جنبًا إلى جنب مع فريقي وورشة العمل، لأنها تتطلب ساعات عديدة من العمل اليدوي وتتميز بتقنية خياطة الثنيات يدويًا. إن معطف Passion من مجموعة Force للأزياء الجاهزة، مزيج من تصميم شرق أوسطي بطابعه، وكيمونو وعباءة. يمكن ارتداء هذه القطعة كمعطف أو فستان، كقطعة نهارية مع الجينز أو في المساء مع الجوارب والكعب. لها فتحة مثيرة على الساق مع طيّات مذهلة على الجسم. هي حقًا مناسبة لجميع أنواع الأجسام وسهلة الارتداء. انها قطعة استثنائية





حقيقية.

من هي أيقونتك في عالم الموضة؟

أنا بصراحة لا أملك واحدة. إنني أتطلع إلى كل النساء القويات في العالم، اللواتي فعلن وما زلن يقمن بأشياء عظيمة لإحداث تغيير في المجتمع والثقافة. هذه هي الرموز الحقيقية لعلامتي.

من هو مصممك المفضل؟

من الصعب وغير المنصف اختيار واحد فقط. لقد أثر بي العديد من المصممين بعدة طرق مختلفة، ليس فقط في الآونة الأخيرة ولكن أيضًا الذين نشأت معهم. أنا أحب أسلوب ألكسندر مكوين Alexander Mcqueen الغامض، كما أحب قطع جيفنشي Givenchy المميزة، وموغلر Mugler، وغيرهم...

شعار العلامة

من هي امرأة Maë Paris؟

امرأة Maë Paris قوية ومستقلة، ولكن الأهم من ذلك كله أنّها حرة. حرة في أن تعيش حياتها، وأن تتبع قواعدها الخاصة، وأن تعيش رحلتها في هذا العالم بالطريقة التي قررت ذلك. شعار العلامة التجارية هو #Beyourself وهكذا هي بالضبط امرأة Maë: هي نفسها.

كيف تعكسين ذوق المرأة العربية من خلال تصاميمك؟

أعتقد أن أسلوب المرأة العربية في الوقت الحاضر متعدد الاستخدامات، أي أنها باتت ترتدي كل الأساليب، لكنها لا تزال تتبع رموز الأزياء التقليدية. هذه طريقة غنية ومثيرة للاهتمام حقًا لمزج التصاميم المختلفة ، والتي اتضح أنها إحدى أساليبي.

هل تعتمدين على وسائل التواصل الاجتماعي للتسويق لعلامتك؟

نحن نعيش في عالم دائم التطور ورقمي بالكامل. كل من لا يعتمد على وسائل التواصل الاجتماعي للترويج لفنه يخسر ، لأن هذا العصر الجديد بدأ للتو في رسم الشكل الذي سيبدو عليه المستقبل. ومع ذلك ، أعتقد حقًا أن الرقمية لا تحل محل التجربة البشرية الحقيقية ، ولكنها تساعد في التواصل ومشاركة الرؤية في جميع أنحاء العالم.

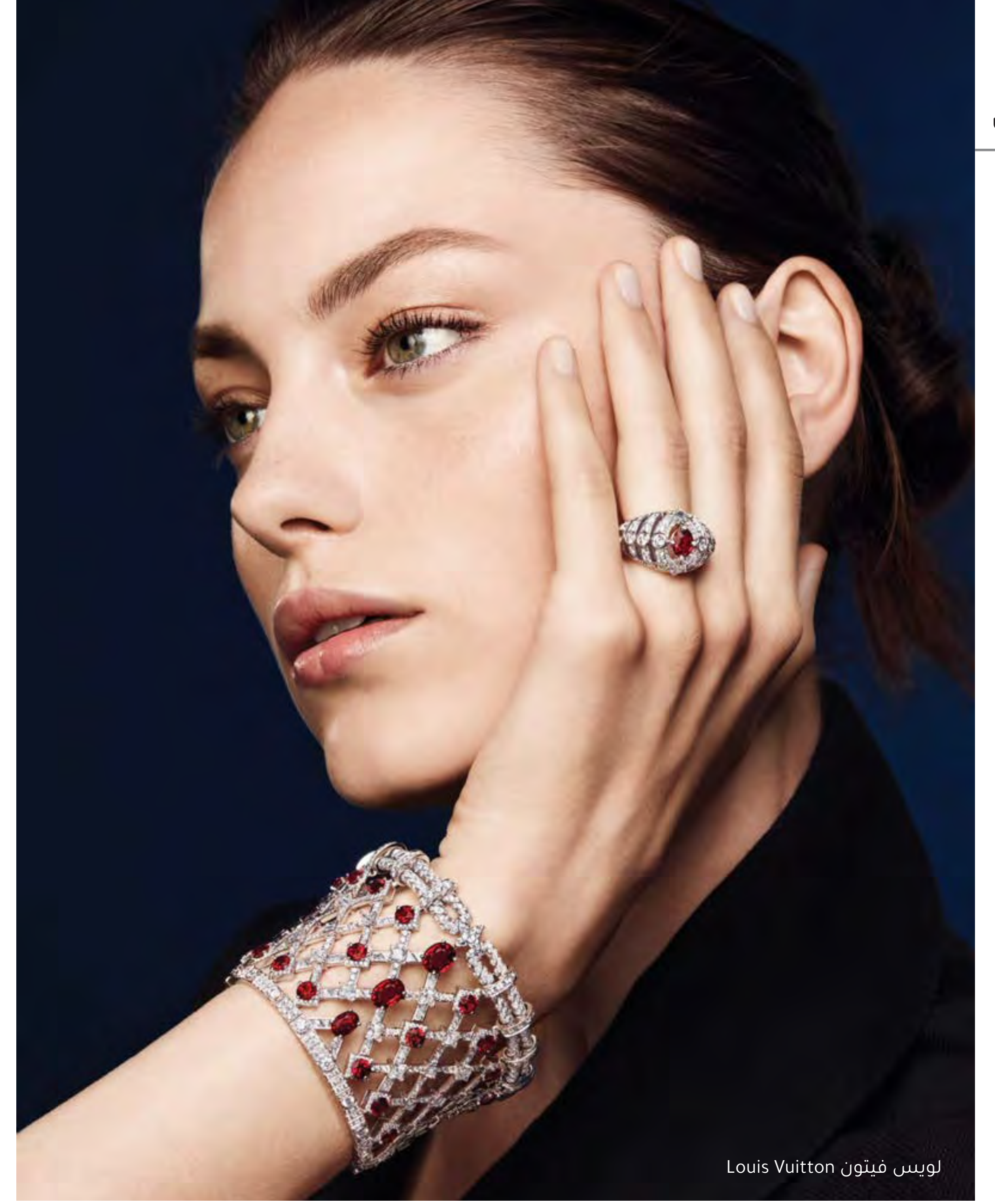
أزمات وفرص

تضرر قطاع الموضة بشدة من الأزمة. كيف ترين هذه الفترة وتلك القادمة؟

كل أزمة تمثل تحديًا، وهي أيضًا فرصة سانحة في الوقت نفسه. مع فريقي نحن مرنون للغاية، فنحن نحاول حرفيًا في كل مصيبة أن ننظر إلى الجانب المشرق ونتصرف في الاتجاه الجديد المحدد، ونبقى إيجابيين بغض النظر عن أي شيء. كما أقول دائمًا: كن شغوفًا وصبورًا. فبعد كل أزمة، خاصة الاقتصادية أو الاستهلاكية، تحدث زيادة دائمًا، ما عليك سوى التمسك بها. وتتسبب الأزمة أيضًا في اختفاء الطرق القديمة في العمل والتفكير، مما يترك مجالًا لشيء جديد. إنه أمر مخيف وصعب، ولكن إذا كنت شجاعًا وصبورًا بدرجة كافية، فستكون الشخص الذي سيحصد الثمار عندما تنتهي الأزمة.

ما هي مشاريعك المستقبلية؟

لقد عملنا وما زلنا نعمل على العديد من الأشياء التي لا أستطيع الانتظار لتقديمها. آمل أيضًا أن تكون الأزمة وراءنا بالتأكيد، حتى نتمكن أخيرًا من العودة إلى الحياة الطبيعية معًا.


لويس فيتون Louis Vuitton

Extraordinary RED SAPPHIRE

الياقوت الأحمر يتوّج مجوهرات 2021

الياقوت الأحمر حجر كريم حمل لقب ملك الأحجار الكريمة، وغدا الأحبّ إلى قلوب العائلات الملكية والنبلاء. ابتكارات شاعرية خرجت من دفاتر دور المجوهرات الراقية في عام 2021، كلّلها حجر الياقوت الأحمر النفيس، وبرز بقطع فنية تحمل أجمل المعاني وترسم الأحلام الجميلة. أسماء لامعة في عالم المجوهرات برزت براعتها في حرفة التنفيذ، فقدّمت تصاميم أيقونية ازدانت بالياقوت. ادخلي معنا إلى عالم ملؤه السحر والفرادة والمعاني النبيلة.

بيروت | سلطانة كيروز Sultana Keyrouz


بولغاري
Bulgari

فان كليف أند آربلز
Van Cleef & Arpels

دايفيد موريس
David Morris

كارتييه
Cartier

Ruby in High Jewelry

حكايات مدهشة تكشف أسرارها مجموعات المجوهرات التي طرحت في العام 2021، تصاميم ملوكية توّج الياقوت معظمها. حيث برز هذا الحجر النفيس لدى فان كليف أند آربلز Van Cleef & Arpels، وبالتحديد في مجموعة سو لي زيتوال Sous les étoiles، فتمثّل بسوار آيسون Ison بتصميم مدهش يتناغم فيه الماس مع الياقوت ليشكل ذيل المذنب الناري بقطعٍ بأقطار مختلفة.

بدورها، ضمنّت كارتييه مجموعة سيزييم سانسSixième Sens الجديدة خاتم فان Phaan يرصعه الياقوت بوزن 8.20 قيراطاً.

فيما برز عقد روبي ميتامورفوسيس Ruby Metamorphosis ضمن مجموعة ماغنيفيكا Magnifica من بولغاري Bulgari، ليجسد مهارة حرفيي الدار في تنفيذ تحفة أسرت العيون والقلوب في آن.

أخيراً، تألقت قلادة دايفيد موريس David Morris بالياقوت الفاخر في مجموعة حملت إسم رونيسانس Renaissance.



بوتشيللاتي
Buccellati

فابرجيه
Fabergé

The Scarlet Gem

الأحمر هو لون الحبّ، وحجره الفاخر يلمع في المجوهرات، فتتراصف أحجار الياقوت في عقود وأساور وأقراط.

ديور هاي جويلري
Dior High Jewellery

لويس فيتون
Louis Vuitton

Rare Specifications

يشكل لون الياقوت أهم عامل لجودته، فاللون الأكثر قيمة هو الأحمر القوي، الذي تتداخل فيه ظلال زرقاء، ويعرف باسم «دم الحمام» Pigeon Blood . كما يمكن التعرّف على الياقوت الفاخر من درجة صلابته والتى تقدّر بـ9 على مقياس موس. والياقوت الطبيعي يمكن تمييزه عن الياقوت الصناعى من خلال الشوائب، فالياقوت الطبيعي عادة ما يظهر شوائب مختلفة، في حين أنّ الياقوت الصناعى يميل إلى كونه نقياً.



The Imperial Red

كنوز من الياقوت تجمتع بها كل أشكال القطع،
فتبرز قطعاً آسرة تليق بالأباطرة والملوك.

باسكال بروني
Pasquale Bruni

بولغاري
Bulgari

ديور هاي جويلري
Dior High Jewellery

فان كليف أند آربلز
Van Cleef & Arpels

Chanel شانيل

Intense Color

يرمز اللون الأحمر في ثقافة الشرق الأقصى مثل الصين إلى الحظ، حيث يرافق العروس التقليدية في يوم زفافها. أما عند الهنود، فاللون الأحمر يرمز للنقاء والطاقة الإيجابية. كما يحمل هذا اللون الفاخر دلالات عديدة خصوصاً إذا توفّر في حجر كريم كالياقوت. فهو لطالما كان يزيّن إطلالات الملوك والأباطرة، مانحا حامله الحزم والثقة والإنتصار والثروة والمكانة المرموقة.



Artistic Creations

عقود وأقراط مرصّعة بالياقوت والماس تتسم بالفرادة والحرفية العالية في التنفيذ.

Handle with Care

يتمتع الياقوت الأحمر بدرجة صلابة عالية، لذلك لا يحتاج إلى رعاية خاصة. يستحسن تخزينه منفصلاً عن المجوهرات الأخرى، خصوصاً الماس الذي قد يسبّب بخدشه، لأنّ درجة صلابته أعلى. يمكن تنظيف الياقوت بالماء الدافئ والصابون. من الأفضل عدم التزيّن به خلال ممارسة الرياضة أو أي أنشطة أخرى تسبّب التعرّق وإمكانية الاحتكاك.



يأسر الياقوت بتوهّجه القلوب، وتلمع له العيون حين يقدَّم كخاتم خطوبة ويغدو في البنصر محبساً للسعادة.


شوميه
Chaumet

شوبارد
Chopard


بولغاري
Bulgari


ديور هاي جويلري
Dior High Jewellery




باسكال بروني
Pasquale Bruni

Your Ruby Ring

يرمز الياقوت الأحمر الذي يحتلّ المركز الثاني بعد الماس كخاتم خطوبة إلى الرومانسية، حيث يعِدُ المقدِمين على الزواج بتغذية الحبّ والعاطفة داخل العلاقة، وبتمتين الرباط بينهم. اختاريه بالشكل الدائري أو البيضاوي، ولإبراز توهّجه فضّلي التصميم المرصّع بالماس والمشغول بالذهب الأبيض والبلاتين. كما يقدّم الياقوت في الذكريين السنويتين الخامسة عشرة والأربعين للزفاف.

جورج حبيقة Georges Hobeika

TREASURED WATCHES
ساعات مرصعة بالأحجار الكريمة



شوبارد Chopard

في موسم الاحتفالات، لا بد لك وأن تتألقي بأسلوب ملفت للنظر، من هنا اخترنا لك باقة متنوعة من الساعات الفاخرة المرصعة بأفخر الأحجار الكريمة، بدءاً من الزمرد الأخضر إلى الياقوت الأحمر والياقوت الأزرق. برزت هذه التصاميم لدى دور عديدة أمثال بولغاري Bulgari وشوبارد Chopard وبياجيه Piaget وديور تايمبيسز Dior Timepieces وشانيل واتشز Chanel Watches وغيرها.. لذا تابعي معنا في هذا التقرير، أبرز الإصدارات التي استوقفتنا هذا الموسم.

بيروت | ساره مرتضى **Sarah Mourtada**



بياجيه
Piaget

غراف
Graff

بولغاري
Bulgari

فالنتينو Valentino

Green Emerald

اختاري الساعة المرصعة بالماس، والتي تأتي مزينة بأحجار الزمرد الفاخرة، والتي لا تليق الا بمناسباتك الخاصة والجميلة. يضفي الزمرد رونقاً خاصاً على الإطلالة، ويعكس أجواء من الفخامة والتميز .



هاري وينستون
Harry Winston

شوبارد
Chopard

طوني ورد Tony Ward

فان كليف أند آربلز
Van Cleef & Arpels

Red Ruby

اعكسي أجواء من الحيوية على إطلالاتك من خلال الساعات الفاخرة المزينة بأجود أنواع الياقوت الأحمر. هذا النوع من الساعات يليق بالإطلالات الفخمة على السجادة الحمراء والأجواء الاحتفالية.



بولغاري
Bulgari

فابرجيه
Fabergé

فان كليف أند آربلز
Van Cleef & Arpels

Elie Saab إيلي صعب

Extraordinary Style

لا تختاري التصاميم العادية، بل اسعي للفت الأنظار من خلال ساعتك الجميلة والفاخرة، فالساعة تعكس أسلوب الإطلالة بكاملها وتعزز حسك العالي في عالم الموضة والوقت معاً.



بولغاري
Bulgari

شانيل
Chanel

كارتييه
Cartier

Giorgio Armani Prive جيورجيو أرماني بريفيه

Blue Sapphire

يعكس الياقوت الأزرق إطلالة ملوكية على الطابع الذي ترتدينه. لذا اعرفي كيف تختارين الساعة التي تسعين للتألق بها بالأسلوب الصحيح.



Graceful Designs

ليس من الضروري أن تختاري الساعة الضخمة والناعمة، بل على العكس، يمكنك أن تعتمدي التصاميم الناعمة المزينة بأحجار الياقوت الأزرق الجميلة.

DUBAI WATCH WEEK 2021
ساعات ثمينة وفريدة تحبس الأنفاس



تحت رعاية الشيخة لطيفة بنت محمد بن راشد آل مكتوم، رئيسة هيئة الثقافة والفنون في دبي، كان عشاق الساعات الفاخرة على موعد مع أكبر وأهم تجمع عالمي لصنّاع الساعات ضمن فعاليات أسبوع دبي للساعات Dubai Watch Week بنسخته الخامسة، التي أقيمت في مركز دبي المالي DIFC، من 24 حتى 28 نوفمبر، بمشاركة 45 علامة تجارية رائدة في صناعة الساعات الفاخرة. تمحورت نسخة هذا العام حول مشاركة المعرفة والإبداع وتقوية جسور التواصل بين صنّاع الساعات أنفسهم، والصنّاع مع العملاء أيضاً، كما احتضن الأسبوع حلقات نقاش وإصدارات استثنائية ومحدودة. «سيدتي» جالت في أروقة المعرض ناقلة لكم أبرز محطات أسبوع دبي للساعات.

دبي | **رنا الطوسي Rana Al Tousi**

أسبوع دبي للساعات يلفت أنظار العالم

تم تأسيس فعالية Dubai Watch Week، أحد أهم الأحداث في تقويم الساعات الإقليمي، عام 2015 من قبل أكبر موزع للساعات السويسرية الفخمة بمنطقة الشرق الأوسط، وتاجر الساعات بالتجزئة أحمد صديقي وأولاده. وقد استضاف الحدث كبار مسؤولي شركات تصنيع الساعات العالمية، من بينهم فريدريك دوفور Frédéric Dufour، رئيس شركتي «رولكس» و«تيودور» الشهيرتين. وقد ضمت صالة جامعي الساعات الإصدارات المحدودة الفريدة، التي شاركت أحمد صديقي وأولاده في تصميمها للاحتفال بالذكرى الخمسين لدولة الإمارات العربية المتحدة.

رصدنا منها ساعة Montblanc Orbis Terrarum UAE Edition ذات الإصدار المحدود من 71 قطعة فقط. والتي تتميز بحركة أوتوماتيكية مزودة بتعقيدات مصنع Montblanc، واحتفالاً بـ50 الإمارات، تم تمييز مدينة دبي بنقطة حمراء على نصف الكرة الأرضية، وتم تعيينها كمدينة مرجعية، حيث يقع سهم أحمر في الساعة 12 للإشارة إلى المدينة والمنطقة الزمنية المحلية للمالك. كما يتم عرض جميع المؤشرات باللغة العربية.



قطع ثمينة وفريدة واستثنائية

في حدث عالمي بهذا الزخم، حرصت دور المجوهرات وعلامات الساعات الفاخرة على جلب أهم وأثمن قطعها ذات الإصدارات المحدودة، والتي كانت بالفعل تحبس الأنفاس.



ساعة FLYING T ALLEGRA من بلغاري Bulgari وMB&F

ومن الساعات الفاخرة التي جاءت نتيجة تعاون مثمر بين Bulgari وMB&F، ساعة FLYING T ALLEGRA وهي نتيجة التقاء رؤية وعبقرية عقلين في مجال صناعة الساعات الفاخرة، المدير التنفيذي لتصميم المنتجات في بلغاري Bulgari فابريزيو بوناماسا ستيجلياني، ومؤسس MB&F والمدير الإبداعي Maximilian Büsser. تتميز حركة MB&F Flying T ببنية عمودية ثلاثية الأبعاد ولف أوتوماتيكي، تم تصميمها وتطويرها داخلياً، مع توربيون يحلق مركزياً لمدة 60 ثانية.. تحتوي النسخة المصنوعة من الذهب الوردي على الماس، التساوريت، التورمالين، التنزانيت، الجمشت والروبلات، أما النسخة بالذهب الأبيض فهي تحتوي على الماس، التساوريت، التوباز، الجمشت، التنزانيت والتورمالين.



ساعة Bugatti Chiron Green Sapphire Crystal من Jacob & Co

جمعت هذه الساعة ذات التصميم الإنسيابي ما بين عالمي صناعة السيارات الرياضية الفائقة والساعات المعقدة، فهي ثمرة تعاون جاكوب أند كو Jacob & Co وبوغاتي Bugatti. تتميز ساعة بوغاتي تشيرون كريستال الياقوت الأخضر، من مجموعة بوغاتي تشيرون، بعلبتها من الياقوت التي توفر رؤية كاملة لجميع مكوّنات عيار التعبئة اليدوية JCAM37 المزخرفة والمجمّعة يدوياً، والتي يبلغ عددها 578 مكوّناً. وللساعة الحصرية وظائف مماثلة لمحرك Bugatti W16. كتعليق المحرك داخل علبة الساعة بواسطة أربعة أعمدة تشبه ممتصّ الصدمات في سيارة تشيرون، ويتم تفعيل «المحرّك» عند الطلب من خلال ضخّ 16 مكبساً، ودوران شاحنين توربينيّين. وتشمل التفاصيل الأخرى في الحركة المميّزة التوربيون الدائري ومدته 60 ثانية على منحدر 30 درجة، والذي يمكن رؤيته من خلال نسخة طبق الأصل من شبكة بوغاتي المصنوعة على شكل حدوة حصان. ويصل سعر الساعة إلى حوالي 1.5 مليون دولار.





ساعة ماستَر تايمَر صلاة توربيون أوتوماتيك من Aramedes

شهد أسبوع دبي للساعات أيضاً إطلاق علامة أراميدِس Aramedes للعالم بمجموعتين، زيوريخ ZURICH ومكة MECCA التي تحتل الصدارة في هذا الإطلاق، التي تتضمن وظائفَ ساعاتيةٍ مفيدة تُقدم للمُسلمين العونَ في مراقبة ومتابعة الصلاة والصوم، ومنها ساعة ماستَر تايمَر صلاة توربيون أوتوماتيك Mastertimer Salah Tourbillon Automatic، التي تعرض وقتَ الصلاة التالي في ميناءٍ فرعي يتموضع عند موقع الساعة 9، واتجاه مكّة المُكرّمة في ميناءٍ فرعي يتموضع عند موقع الساعة 3، بالإضافة إلى مُنبّه يهتز بصمت في الوقت المناسب. وبعدَ خمسَ عشرةَ دقيقة من وقت الصلاة الحالي، يقفز مؤشر الصلاة تلقائياً إلى وقت الصلاة التالي. وتُستَكمَل المؤشرات الإسلامية بعرضٍ تقليدي للساعات والدقائق والثواني بعقربٍ مركزي، مع إضافة ميكانيكية فلاينغ توربيون يكون فيها قفص التوربيون مصنوعاً من التيتانيوم، كما تضم الحركة الأوتوماتيكية خزان طاقةٍ مُزدوَجاً وكتلة التعبئة الأوتوماتيكية (روتور) من الذهب عيار 22 قيراطاً.

ساعة GMT Sport من Greubel Forsey

وقد احتضن جناح علامة Greubel Forsey ساعة واحدة من أصل 11 حول العالم، وهي GMT Sport 5n Red Gold بحركتها المطورة خصيصاً بقفص توربيون 24 ثانية مائل بزاوية 25 درجة، وهو أحد الاختراعات الرئيسية الحاصلة على براءة اختراع لشركة Greubel Forsey. تتميز بالمنطقة الزمنية الثانية عند الساعة 10، ومؤشر احتياطي الطاقة عند الساعة 3، والكرة الأرضية عند الساعة 8.

أسبوع دبي للساعات وجهة الخبراء إلى العالمية

التقينا توم مورف، الشريك المؤسس لشركة أراميدِس Aramedes التي أُعلن عن إطلاقها إلى العالم خلال أسبوع دبي للساعات، سألناه حول مشاركتهم في هذا الحدث العالمي، فقال: «تأجل إطلاق العلامة خلال عام 2020، ومن خلال محادثاتي مع عائلة صديقي، وجدنا الحل الأمثل وبأنه لا توجد بيئة أفضل من أسبوع دبي للساعات لعرض وإعلان إطلاق أراميدِس، فسمعة عائلة صديقي وأولاده تسبقهم عالمياً، ومن خلال دبي سنصل إلى العالم. في الحقيقة أردنا أن نعرض مجموعات أراميدِس من خلال جناح خاص، إلا أنها كانت محجوزة بالكامل، لذلك أطلقناها من خلال مؤتمر صحفي». كذلك التقينا Pierre Jacques، المدير التنفيذي لعلامة De Bethune للساعات السويسرية، فقال: «من الواضح التطور الكبير لأسبوع دبي للساعات هذا العام، مع العدد الكبير للزوار منذ اليوم الأول، خاصة الزوار المطلعين والمرتبطين بصناعة الساعات الفاخرة، وذلك بفضل عائلة صديقي، والجهد المبذول من قبلهم. وبالنسبة لنا، هذه فرصتنا لنُري العالم قدراتنا فيما يخص صناعة الساعات من دبي، وقد سعدت بتفاعل الناس وطرحهم للأسئلة التي تنم عن اهتمامهم بمجموعاتنا». تضمن برنامج أسبوع الساعات أيضاً العديد من الفعاليات، كان من بينها منتدى الساعات، سلسلة من حلقات النقاش الجريئة مثل «محاذاة الشخصيات عبر الإنترنت مع هويتهم الحقيقية»، «العملات الرقمية غير القابلة للاستبدال، والعملات المشفرة في مجال المنتجات الفاخرة»؛ وورش عمل قادها حرفيون وخبراء في الصناعة؛ والمنصة الإبداعية.

قبل فوات الأوان

مريم شمص Maryam Shamas
كاتبة لبنانية



ألا تأتي أبداً خيرٌ من أن تصلَ بعد فوات الأوان، والعكسُ ليس صحيحاً أبداً..
اعتذارُك بعد جفاف قلبٍ جرحته وانتظرك بكلّ ما يملك من أملٍ، سيفشل في انتشاله من حفرة خيبته بك.
اهتمامُك بمن تحبّ بعد حلول الصقيع بينكما، لن يفلحَ في إعادةِ الحياة لوردٍ ذبل وحيداً في عتمة الانتظار الطويل.
كلماتُك الجميلة لعزيزٍ تجاهلته وصبر عليك طويلاً، ستفقد قيمتها بعد أن يسدَّ صمغُ الخذلان آذانَه عنك إلى الأبد.
يدُك الممدودة للمشاركة نحو صديقك، لن تطالَ أبداً كفّه الذي قضمت أظافرَه أنيابُ الضّجر في غيابك عنه.
عناقاتُ أطفالك التي أجّلتها لمساءٍ آخر، قصصُ قبل النوم التي تجاهلتَ سردَها عليهم ليلةً أخرى، قبلاتهم التي أخّرتَ الحصولَ عليها يوماً إضافياً، لن تحدثَ أبداً، لا في ليلةٍ أخرى ولا في يومٍ آخر ولا في حياةٍ قادمة؛ لأنك ستصلُ متأخراً، وستتمنى لو أنك لم تصل، حين ستجد أجنحتَهم قد صارت أضخمَ من أن تُعانَق، ووجوهَهم أكثرَ خشونة من أن تُقبّل، وقصصَهم أقسى من أن تُروى على وسادةٍ ملوّنة.
افعل كلّ ذلك الآن، ولا تؤخّره لوقتٍ تظنّه سيأتي.
أنت لن تعرفَ أبداً متى يتأخّرُ الوقت، متى ستفقدُ الأشياءُ معانيها، متى سيصبح الوصولُ بلا جدوى، متى سيصبح الحصولُ لزومَ ما لا يلزم.
لا تؤجّل: فالتأجيلُ لعبةٌ خطرة، لا تتورّط فيها.
لا تؤجّل حياةَ اليوم إلى الغد، فالحياةُ تحدث الآن، والآن فقط.
لا تؤجّل فرحَ اليوم إلى الغد، فعظمةُ الفرح في أن يكونَ طازجاً وعفوياً.
لا تؤجّل ضحكاتك لنكتةٍ تتوقّعها أكثر مرحاً.
لا تؤجّل تصفيقَك الحارّ لمشهدٍ تتخيّله أكثر إدهاشاً.
لا تدّخر احتفالاتك لإنجازٍ تريده أكثر نجاحاً.
لا تدّخر أحلامك لـ "غدٍ" لا تعرف متى سيأتي، وكيف سيأتي، وفي أيّ حالٍ سوف تستقبله.
لا تدّخر بهجتك ليوم عيدٍ، لوّن أيّامك بالبهجة لتضيءَ بألوان العيد.
لا تكدّس المشاعر تحت جلد الخجل بانتظار فرصةٍ أنسب، اجعل من اليوم الفرصةَ الأنسب.
أطلق سراحَ البوح، فالمشاعرُ في عتمة الكتمان تشيب سريعاً، والحبُّ لا يطيق رماديّةَ الشيب على ألوان أجنحته.
أطلق سراح نفسك، أطلق سراح الآخرين من سجن انتظارك، تحرّك.
تذكّر: كلّ ما هو جميلٌ، جميلٌ بمقاييس الآن. كلّ ما هو مهمٌّ، مهمٌّ بمعايير الآن. كلّ ما يستحقّ أن نحياه يستحقّ أن نحياه الآن.
تذكّر: قد يأتي الضوءُ الباهر الذي انتظرناه طويلاً حين لا نملك عيوناً تبصره، فلتكن حياتنا كلّها رحلة ضوء.
وتذكّر أن كلّ العشب الرائع الذي تزرعه لن يرى روعتَه أحدٌ إذا أينعَ بعد خطّ النهاية، وأنّ كلّ القصص التي أفنيت عمرك في كتابتها لا قيمة لها إن كانت ستُحكى بعد نوم الساهرين..
عِش، الآن: فكلّ ما نملكه جميعاً بشكلٍ مؤكّد، هو فقط هذا الآن. الآن ولا شيء غيره.

في يومها العالمي

اللغَةَ العَرَبِيّة..

صغار شغوفون واختصاصيون ينصحون

عندما نكتب بالخط العربي فلا بدّ من لمسة فنية تزين أحرفها من زخارف، ونقوش، كما تظهر في القرآن الكريـم، أو تزين بها المسـاجد، أو كما ترسـم في الكتب والصحـف، وعلى بعض أنواع المجوهـرات والحُليّ. هـي لغة حملت ما حملـت من جمال وإبداع، وبلاغة في التعبير، لذلك اسـتحقت يوماً عالمياً للاحتفال بها، وهو 18 ديسـمبر، والذي يقر بموجبه إدخال اللغة العربية ضمن اللغات الرسـمية ولغات العمل في الأمم المتحـدة. لقاءات مع اختصاصيين وطـلاب، عن أهمية اللغة العربية حول نظرتهم الخاصة والمسـتقبلية للغة العربية، وكيفية إزالة العثرات أمامها، وطرق تشجع الناس على التمسك بها.

أعدت الملف | **لينا الحوراني Lina Alhorani**
الرياض | **محمود الديب Mahmoud Aldeep**
جدة | **يسرا فيصل Yousra Faisal**
المغرب | **سميرة مغداد Samira Maghdad**
القاهرة | **أيمن خطاب Ayman Khatab**
تصوير | **غيث طنجور Ghaith Tanjour**
عبدالله رمّال Abdallah Rammal
محمد المانع Mohammed Almana


هو قادم
AL MAWAKEB

من السعودية
حنان أسامة عطار:

من لا يستشعر جماليتها فقد فاته الكثير

هي مدربة تمكين للحياة لايف كوتش وسيدة أعمال من السعودية، تؤكد أن اللغة العربية إثبات لهويتنا، تعلّق: «إذا لم نتمسك بهويتنا فكيف نسمو للرقي والتقدم»؟ تجد حنان، أن إهمال الأسر للغة العربية واضح جداً ويبدأ من الأسر، تتابع: «لكل أسرة منهجها في التربية نحترمهم لاختيارهم، ربما لديهم ظروف ولكن لا يصح إلا الصحيح في النهاية». وتقترح حنان لإعادة توهج اللغة العربية، أنه لا بد من عمل الحملات التي تسهم لرفع مكانتها وأهميتها في الدول العربية، تستدرك قائلة: «إذا كانت هناك مجموعة تنادي وتستخدم لغة عربية ركيكة، على مواقع التواصل الاجتماعي، فهناك بالمقابل مجموعة تنادي وتدعو للتمسك بها، ومن لا يستشعر جماليتها أو لا يتقنها بالقدر الكافي فقد فاته الكثير، ومع التقدم والتطور والعولمة أنا أتقن لغات أخرى وأتمسك باللغة العربية والفرد قادر على إتقان أكثر من لغة».

د. شيمة الشمري:

سوق العمل يفضل من يتقنون الإنجليزية

اللغة العربية لغة حية ومتطورة، تستقبل كل عصر جديد بما تملك من مرونة في أنظمتها، وقدرة في وسائلها الذاتية على الاتساع والاستيعاب. برأي الدكتورة شيمة الشمري، تخصص الأدب والنقد الحديث بجامعة حائل. تجد د. شيما أن اللغة العربية تعاني من إهمال له مظاهر متعددة، والكل يشترك في هذا الإهمال المقصود أو غير المقصود، فهي تعاني من تَحَدِي التغريب بسبب العولمة، تتابع قائلة: «ازداد الطلب في سوق العمل على من يتقنون الإنجليزية، فلا غرابةَ عندما تلاحِظ أنَّ بعض الأسَر تشتكِي أنَّ أبناءها لا يفهمون العربيَّة ويُفضِّلون الإنجليزيَّة مثلاً لاستيعاب الحديث الموجه لهم». تعتقد د. شيما أنَّ مهمة الأسر كبيرة نحو هذه الإشكالية، منها قراءة القصص للأبناء بالعربيَّة الفصحى وتعليمهم كلمات جديدة، وحثِّهم على قراءة الصحُف في سِن مبكرة، تتابع قائلة: «من الضروري الحرص على إرسالهم لمدارس تُراعي تدريس اللغة العربية بشكلٍ أساسي، مع الاهتمام والعناية بتحفيظ النشء القرآن الكريم في سِنٍ مبكرة؛ لما لهُ من أثَرٍ كبير في ضبط اللسان وصون اللغة من الاندثار».

جهود فردية

تحدثت د. شيمة أن ظاهرة التلوث اللغوي، على مواقع التواصل الاجتماعي، فصار ينظر إلى من يتكلم بلغة سليمة كأنه غريب في مجتمعه، تعلّق د. شيما: «تحتاج إلى رسم مجموعة من الاستراتيجيات التي تحافظ على اللغة، ولا ننكر جهودَ مجموعة من الشباب في تقديم اللغة العربية بروح العصر، إلا أنَّ هذه الجهود تبقى جهوداً فردية».

من الإمارات
د. لطيفة الحمادي:

لا بد من اختيار برامج تناسب عصر التكنولوجيا

تجد د. لطيفة الحمادي في اللغة العربية المعجزة البيانية ذات الطاقة التي تمكنها من الاستجابة لمتطلبات كل عصر، وفي جميع مناحي الحياة. برأي د.لطيفة، أستاذة في الأدب والنقد الحديث المعاصر في جامعة الوصل بدبي أن اللغة العربية تواجه تحديات عدة في دارها ومع أبنائها، خاصة في ظل انتشار اللغة الإنجليزية، وظهور البرامج الإعلامية المغرقة في المحلية، وما أحدثته اللغة الهجينة من استبدال اللغة اللاتينية والرموز (الإيموجيز) بالأحرف العربية بحجة سهولة التواصل. تتابع قائلة: «بعض الأسر تتباهى بسيطرة اللغات الأجنبية على لسان أبنائهم، مع العلم أن هناك


حنان أسامة العطار


لطيفة باقا


د. لطيفة الحمادي

جامعات عالمية معروفة في أمريكا وأوروبا تنشئ أقساماً متخصصة تُعنَى بتدريس اللغة العربية والتعريف بآدابها وتراثها».

رفع كفاءة معلمي اللغة العربية

تجد د. لطيفة أن خلط الكلام العربي بالإنجليزي، من دون سبب واضح، ليس دليلاً على ثقافة، بل هي موضة لغوية، وتتابع: «إعادة توهج اللغة العربية، تقع على عاتق الأسرة، المدرسة، الإعلام، المؤسسات العامة والخاصة، ولا بد من اعتماد استراتيجية بناء المناهج، ورفع كفاءة معلمي اللغة العربية، واختيار برامج تتناسب مع المتعلمين في عصر تحكمه تكنولوجيا متطورة متغيرة».

لغة هجينة

تنادي د. لطيفة بضرورة استثمار العالم الافتراضي من خلال توجيه الأفراد خاصة من فئة الشباب إلى التحدث والكتابة عبر هذه الوسائل بلغة صحيحة، ودعم محاولات التعريب ونشر المواقع الإلكترونية الخاصة باللغة العربية، وتوسيع نطاق خدماتها على مواقع التواصل.

من المغرب لطيفة باقا:

اكتشفوا خزائن الكلمات والمعاني

هي كاتبة مغربية، تأسف أن اللغة الفرنسية أخذت حيزاً كبيراً من المساحة، فيما اللغة العربية في مكانها لم تتقدم. الأسر تتفاخر بالحديث بلغة غير العربية بحجة أنها قاصرة في التعبير، تقول لطيفة باقا لهم: «اكتشفوا خزائن الكلمات والمعاني التي تذخر بها هذه اللغة التي منحتنا أجمل الكتابات والإبداعات في الشعر والأدب والفلسفة وغيرها من المجالات». تجد لطيفة أن التواصل على المنصات بلغة دارجة لا تشبه اللغة في شيء هي موجة عابرة ترتبط بلغة تواصلية لا تمت للغة العربية بشيء، تتابع قائلة: «اللغة العربية لها قواعدها وشخصيتها، ولايمكن مسخها وعلينا التعامل بها، وإنتاج مزيد من الكتابات المختلفة نثراً وشعراً مع الحرص على إنتاج محتوى يمجد لغتنا العربية».

دور الإعلام

تفعيل دور المدرسة ووسائل الإعلام، إلى جانب الإرادة السياسية للدولة ككل، هو الحل لنجاة اللغة العربية، وإعادة مكانتها، تستدرك قائلة: «التلفزيون يستطيع ملامسة جمهور واسع من الناس، كما ينبغي تشجيع القراءة منذ سن مبكرة وتنظيم مسابقات وبرامج متنوعة تلتزم اللغة العربية الفصحى وليس الدارجة حتى تكون للغة العربية فرصة التواجد مع لغات أخرى عالمية غزت الشعوب العربية».

من القاهرة فتحي علي:

ضعف معلمي اللغة سبب ابتعاد الشباب

يربط فتحي علي، خبير باللغة العربية، من مصر بصلات العرب ببعضهم، فهي من أهم مقوّمات الوحدة بين المجتمعات. العربية لم تعد لغة خاصة بالعرب وحدهم، كما يستدرك فتحي: «أضحت لغة عالمية يطلبها ملايين المهتمين بثقافتنا في جميع أنحاء العالم، حيث نشهد رغبة في تعلم اللغة من غير العرب للتواصل مع التراث العربي والإسلامي». هناك بالفعل إهمال شديد وعدم اهتمام بقواعد اللغة، كما يؤكد فتحي علي، ويتابع: «لا بد من الاهتمام بالمراحل التعليمية الأولى لتعلم اللغة للأطفال أكثر، مع محاولة القائمين على تعليم اللغة بتبسيط مناهج تعليمها.. فاللغة المشوهة التي انتشرت على وسائل التواصل الاجتماعي بسبب تهاون الأسر في عدم استخدام اللغة على الرغم من أنها تعبير عن الهوية والانتماء الديني والنفسي للإنسان، كما أن ضعف معلمي اللغة صعّب على الشباب طريقة استخدامهم لها، فاندفعوا لابتكار هذه اللغة المشوهة».

طلابنا: نحن كتّاب المستقبل

عشاق اللغة من الطلاب، هم قليلون للأسف، باتوا أكثر إقبالاً على اللغة العربية بفضل دعم بعض الأهالي في الدرجة الأولى، لكن لهم رسالة أرادوا إيصالها في اليوم العالمي للغة العربية.

رند بني علي:

أتابع من خلالها كل جديد في العلم

تفخر رند بني علي، 14 سنة، من السعودية، طالبة في المرحلة المتوسطة، أصغر سفيرة للنوايا الحسنة من فيدرالية الأمم المتحدة، بأن حبها للقراءة ارتبط بحبها لوالدتها، تتابع قائلة: «هي أمي الثانية». تقدم، رند حفلات وطنية وأعمالاً وطنية باللغة العربية الفصحى، كما تشارك في أعمال للطفل باللغة العربية الفصحى (كدبلجة). تتابع قائلة: «أنا سفيرة مجلة (سعود وسارة)، ويشاركني أخي عبد العزيز نشاطاتي في خدمة المجتمع. ودائماً ما أبحث عن القصص الهادفة وكتب الرحلات الاستكشافية والوثائقية، وكل ما يتعلق بجديد العلم». تؤمن رند بحكمة (من يكتب يقرأ مرتين)، تتابع قائلة: «أطمح أن أكون كاتبة في إحدى الصحف الكبرى، وأتمنى أن أكتب مسيرتي في التطوع تحت عنوان: كن قدوة». وفي اليوم العالمي للغة العربية تطالب رند كل الشباب والشابات بالعناية باللغة العربية؛ لأنها لغة التحدي والإعجاز، تستدرك قائلة: «تتفوق على كل لغات العالم الأخرى ليس بشهادتنا بل بشهادة كبار الأدباء العالميين».


رند بني علي



سالم بن عبدالله بن غليطة

سالم بن عبدالله بن غليطة:

كونوا فخورين بلغتكم

بحماسة شديدة، وبلغة عربية فصحى واضحة تماماً، بدأ سالم، طالب إماراتي لم يتجاوز الـ 9 من العمر، يعبر عن حبه للغة العربية، بالحديث معنا بالفصحى حيث اعتاد أن يتحدث بها مع أهله في البيت، علّق قائلاً: «هي جميلة ومعبّرة». يرجع سالم قدراته في اللغة العربية إلى أمه التي احتضنت موهبته في إلقاء الشعر، ثم تابع شغفه في المدرسة، يقول سالم: «شاركت في مهرجان طيران الإمارات للآداب، بإلقاء الشعر، ووصلت إلى المرحلة النهائية، في قصيدة للشاعر الإماراتي مدوي بن دويس الشاطري». يفضل سالم قراءة القصص الخيالية باللغة العربية، ونصوص الشعر، يعلّق قائلاً: «أشعر بالمعاني أقوى، كما أنني أحب الإلقاء، وأتمنى من كل طفل أن ينمي مهاراته في الشعر واللغة العربية، وكونوا فخورين بلغتكم». أنهى سالم حديثه معنا، بمقطع شعري ألقاه بحماسة بالغة.


راما حسان الأحمد

راما حسان الأحمد:

لا تجبروا أطفالكم على شراء كتب لا يحبونها

راما طالبة سعودية، عمرها 10 سنوات، ترجع الفضل في حبها للغة العربية إلى والديها، تعلّق قائلة: «الأوروبيون أنفسهم يشجعون تعلّمها وفهمها للتعرّف على حروفها وكلماتها». ومن أكثر الكتب التي تفضل راما قراءتها هي كتب الحضارات وقصص الأنبياء.

وتضيف: «أحلم بأن أصبح كاتبة. ولكل الناس أقول لا تحرموا منازلكم من مكتباتها، وخاصة الكتب المصورة والملونة لتشجيع الأطفال الصغار على حب القراءة، كما أنصح كل الآباء باصطحاب أبنائهم للمكتبات لاختيار ما يروق لهم من كتب ومجلات، وعدم إجبارهم على شراء كتب معينة، هذا سيجعل الأطفال يعيشون في جو قرائي جميل، يوطد علاقتهم باللغة العربية والكتاب».

ميرنا باعجاجة:

لغتنا من أجمل اللغات

فيما ترجع ميرنا ممدوح سالم باعجاجة، طالبة سعودية، عمرها (9 سنوات)، تمسكها باللغة العربية، إلى أنها لغة القرآن الكريم، الذي تحرص على قراءته، بدعم من أهلها الذين يمدونها بالكثير من القصص. تعلّق ميرنا: «لديّ قصة اسمها (هو قلم) لا أملّ من قراءتها أبداً». ميرنا التي تطمح بأن تكون كاتبة في المستقبل، تقول لأقرانها من الأطفال العرب في يوم اللغة العربية: «لغتنا من أجمل اللغات، لا تهملوها لحساب لغة أخرى».

عبير عزيم:

تعلّمت الأحرف في عمر الـ 3 سنوات

هي طفلة عمرها 11 سنة، من المغرب، فازت بالجائزة الكبرى للقراءة في المغرب عام 2020، تحب اللغة العربية بلا حدود؛ لأنها لغة


ندى هشام



عبير عزيم

الابتكار والمبدعين والشعراء. تتابع عبير: «في عمر ثلاث سنوات علمني والدي حروف الأبجدية ثم كتابة الكلمات والجمل. وفروا لي كتباً للقراءة في مختلف المجالات، كما شجعني أساتذتي كذلك على حبها، أحاول أن تكون قراءتي متنوعة بين ما هو أدبي وعلمي وتاريخي». أصبحت عبير أصغر كاتبة في العالم العربي بإصدارها كتاباً اسمه درع الوطن. وحلمها أن تصبح كاتبة عالمية، تستدرك قائلة: «أكيد لابد من الانفتاح على اللغات الأجنبية، لكن اللغة العربية يجب أن تبقى راسخة بيننا».

ندى هشام:

حبي للغة العربية يعود لطريقة مدرّسي

هي طالبة في الصف الثالث الإعـدادي، من مصر، تقول إن حبها للغة العربية يرجع إلى شرح المدرس منذ أن كانت في الصف الأول الابتدائي، تتابع: «أتعلم العربية التي غرست في خيالي تعبيرات وأساليب جميلة، جعلتني أتحدث بفصاحتها كثيراً مع كل من حولي». كتب الآثار المليئة بالأساطير، جعلت من ندى عاشقة للغة العربية، تتابع: «أطمح أن أكون مترجمة فورية، وهذا ما يتطلب المعرفة الواسعة للغة العربية، وأقول لأصدقائي وبنات جيلي بضرورة قراءة القصص العربية التي تغذي خيالنا بالأساليب المتعارف عليها بيننا والمحببة لدينا».





مروة محمد



نورة السويدي



غادة أبا الخيل

حصة العجاجي

من «بيت سيدتي الزجاجي»
في بوليفارد الرياض سيتي
شخصيات ملهمة تسرد تجاربها الناجحة
جلسات حوارية ولقاءات فنية واجتماعية وإبداعية

استمر «بيت سيدتي الزجاجي» الواقع في منطقة بوليفارد الرياض سيتي، باستضافة كوكبة من نجوم الفن والإعلام والمبدعين في مجال الثقافة ورواد ورائدات أعمال من مختلف أنحاء العالم الذين تحدثوا عن تجاربهم وحكاياتهم الملهمة كل في مجاله.

الرياض | منال الرحيمي Manal Alruhimy
تصوير | محمد عثمان Mohammad Othman





محمد الحمد: ابتكرت خطاً يميزني عن غيري

تجمع تشكيلاته بين عدد من أنواع الخطوط بشكل فني، ابتكرها الخطاط محمد الحمد ليتميز به عن غيره، فقد استهواه فن الخط منذ الصغر ليتدرب ويبحث فيه بشكل مكثف ويبتكر خطاً خاصاً به، ليشكل لوحات فنية على الورق والخشب والمعادن والجداريات.

وأشار الحمد إلى أن هناك عدد كبير من أنواع الخطوط منها خط الثلث، وخط الرقعة، والخط الديواني، وخط النسخ، والخط السنبلي، والخط المغربي، ولكنه اختار الدمج بين أنواع الخطوط في التشكيل لكي يختلف عن غيره، حيث دمج بين ثلاثة أنواع وهي النسخ والديواني والرقعة وأطلق عليها اسم الخط الحر.

بدأ الحمد في الخطوط التقليدية على الورق وتطور إلى أن بدأ يكتب خطوطه على مختلف أنواع المواد كالخشب والمعدن والجداريات، مع دمج الألوان في الكتابة. ولمحمد مشاركات في عدد من الفعاليات والمعارض، والمحافل، وآخرها مشاركته في موسم الرياض، بنحو 15 جدارية في منطقة البوليفارد، منها جدارية عبد الحليم الحافظ حيث كتب بخطه كلمات أغاني لعبد الحليم بجانب صورته.

وأشاد الحمد بالإقبال الملحوظ في الآونة الأخيرة من قبل أفراد المجتمع وكذلك مختلف القطاعات على فنون الخط العربي، حيث أصبحت كل جهة تهتم بأن يكون لها جدارية أو لوحات تحتوي على فنون الخط العربي.

معاذ العوفي:
أعمل على توثيق ما أشاهده للجيل الجديد

الفنان والمستكشف السعودي معاذ العوفي مسؤول المعارض والبرامج الفنية في هيئة تطوير بوابة الدرعية وبالأخص في حي طريف الذي سيتم افتتاحه قريباً، يرى أن ما تخلده الذاكرة يتمثل في أن تبقي شيئاً للجيل الجديد، لذلك قرر، بعد عودته للسعودية تحديداً إلى مسقط رأسه المدينة المنورة، البدء باكتشافها من جديد بعد رحلة خارجية استمرت قرابة 10 بهدف الدراسة وغيرها لتبدأ حينها نقطة التحول.

يقول معاذ: «عندما رجعت للمدينة المنورة عام 2013 وجدت تغيراً كبيراً فيها، فهناك تطوير سريع جداً لفت نظري». وبين أنه من خلال دراسته رأى أن أهم أعمدة البقاء في الذاكرة يتمثل في أن تُبقي شيئاً للجيل الجديد، «فكان أقل ما يمكن أن أبقي عليه هو الأرشيف، لذا وجدت أنه من المهم أن أبدأ بالتصوير وأبقي أرشيفاً للجيل الجديد حتى يعرف كيف كان المكان والمجتمع، وهذا كان أول أعمالي».

ويرى معاذ أن المدينة المنورة يوجد فيها أكثر من منطقة وزاوية يمكن أن تستكشفها، فإلى جانب المسجد النبوي هناك مساجد مختلفة صلى فيها النبي عليه الصلاة والسلام ومواضع كثيرة زارها، كما يوجد فيها آثار لحضارات متعددة سواء في المدينة المنورة نفسها أو جوارها، «فالمدينة بالنسبة لي كالأخطبوط، أينما توجهت من المركز تجد التضاريس تختلف والمدينة تعطيك أكثر بشكل متنوع ومختلف جداً، فليس هناك منطقة تمتلك تنوعاً في تضاريسها كالمدينة المنورة».

نقطة الانطلاق بالنسبة لمعاذ كانت مع المجلس الفني السعودي برعاية مؤسسة المنصورية، وهناك معارض دولية شارك بها في أمريكا وباريس وغيرها. يقول: «في الفترة المقبلة ستكون الرياض بالنسبة لي هي المركز ومن خلالها سأستكشف المناطق والاتجاهات وسأحاول أن أظهر منطقة الرياض لمحبي الفن بطريقة مختلفة».

معاذ العوفي:
الاستدامة تتمثل في أن تبقي شيئاً للجيل الجديد



حصة العجاجي:
شغفي بالمكياج بدأ منذ الطفولة

عشقت خبيرة التجميل حصة العجاجي شغفها وحبها للتجميل والمكياج منذ طفولتها، إلى أن اكتشفت نفسها وجربت كافة أنواع الفنون منها الرسم السينمائي على الوجوه والمكياج التجميلي واستقرت على الأخير واتخذت منه مهنة لها.

ولصقل موهبتها أكثر استعانت حصة بدورة تدريبية في المكياج، تعلمت من خلالها أساسيات المكياج ومهاراته وكذلك الطريقة الصحيحة لتنظيف أدوات المكياج والمحافظة عليها.

وتضيف حصة أن البعض يمتلكن موهبة الإبداع بالمكياج لكن من الصعب عليهن تحويلها إلى مهنة، أما في حال وجود رغبة بالعمل في هذا المجال أساساً فليس من الضروري الذهاب إلى معاهد أو أخذ دورات، فاليوم مواقع التواصل الاجتماعي مليئة بمقاطع تعليمية سواء للمبتدئات أو حتى للخبيرات، ومن الممكن أيضاً للمبتدئات التعاون مع خبيرات التجميل للتعلم منهن، وتقول: «أنا مازلت أتعلم فمجال المكياج متجدد كل يوم ودائماً هناك موضة جديدة وتكتنيك جديد».

وتنصح حصة المبتدئات في عالم التجميل واللاتي يرغبن في خوض المجال كمهنة بالبدء تدريجياً في التعلم وعدم التسرع وكثرة الممارسة لأن الممارسة ستعلمهن الإتقان.



الدكتورة لمياء البراهيم:
الترفيه يرتبط بالصحة وجودة الحياة

استشارية طب الأسرة الدكتورة لمياء البراهيم، وهي كاتبة رأي أيضاً ومقدمة برنامج إذاعي، أكدت خلال حديثها أن الترفيه يرتبط بالصحة ويرتبط بجودة الحياة، كما يرتبط بتحسين الاقتصاد والاستثمار، إلى جانب توليد وظائف جديدة وتدوير الدخل بين الناس.ولفتت إلى ما تعنيه مجلة «سيدتي» بالنسبة لها فقالت: «سيدتي هي مجلة الطفولة والمراهقة وأيضاً الآن، فأنا أعرفها صفحة صفحة، وكانت مواكبة لي في تطوري المهني».

وحول اختيارها لمجال طب الأسرة أوضحت: «حبي وشغفي لعملي أدخلني هذا المجال الذي له علاقة بالتوعية الصحية، وأصبحت كاتبة ومن ثم كان لي مشاركات تلفزيونية وأصبح لي برنامج إذاعي في إذاعة الرياض تحت اسم «تحفيز مع دكتورة لمياء»، وهو يعنى بالأسرة وتناول الأمور المختصة بين جودة الحياة والرؤية ويوضحها للناس بصورة بسيطة». وأضافت «كان طموحي ومازال أن يكون لي دور ومساهمة في تحسين الرعاية الصحية الأولية والذي تركز عليه رؤية 2030».

مثلت الدكتورة لمياء المملكة في بعض المحافل الدولية وبعض الوزارات والمؤسسات الحكومية كمتحدثة، وتم تكريمها من قبل وزارة الإعلام كرائدة الإعلام الطبي، وحول ذلك قالت: «هذا بالنسبة لي تقدير للعمل والجهد، وجميع الجهات الحكومية والخاصة لدينا تقدر من يعمل، وذلك تماشياً مع اهتمام قيادتنا الرشيدة بكل من يقدم إضافة جديدة لهذا البلد الغالي».

وأشارت إلى أنها اكتشفت من خلال السوشيال ميديا أن العالم الاجتماعي مختلف الأفكار، وبدأت العمل من خلال وسائل التواصل بهدف تصحيح المفاهيم الصحية لدى المجتمعات النسائية.

وحول تمكين المرأة أكدت أن تمكين المرأة لا يجب أن يخرجها من أدوارها التقليدية وأدوارها الأسرية «ويجب أن نساعدها على القيام بها».

ونشرت دكتورة لمياء رسائل متعددة خلال جائحة كورونا كجزء



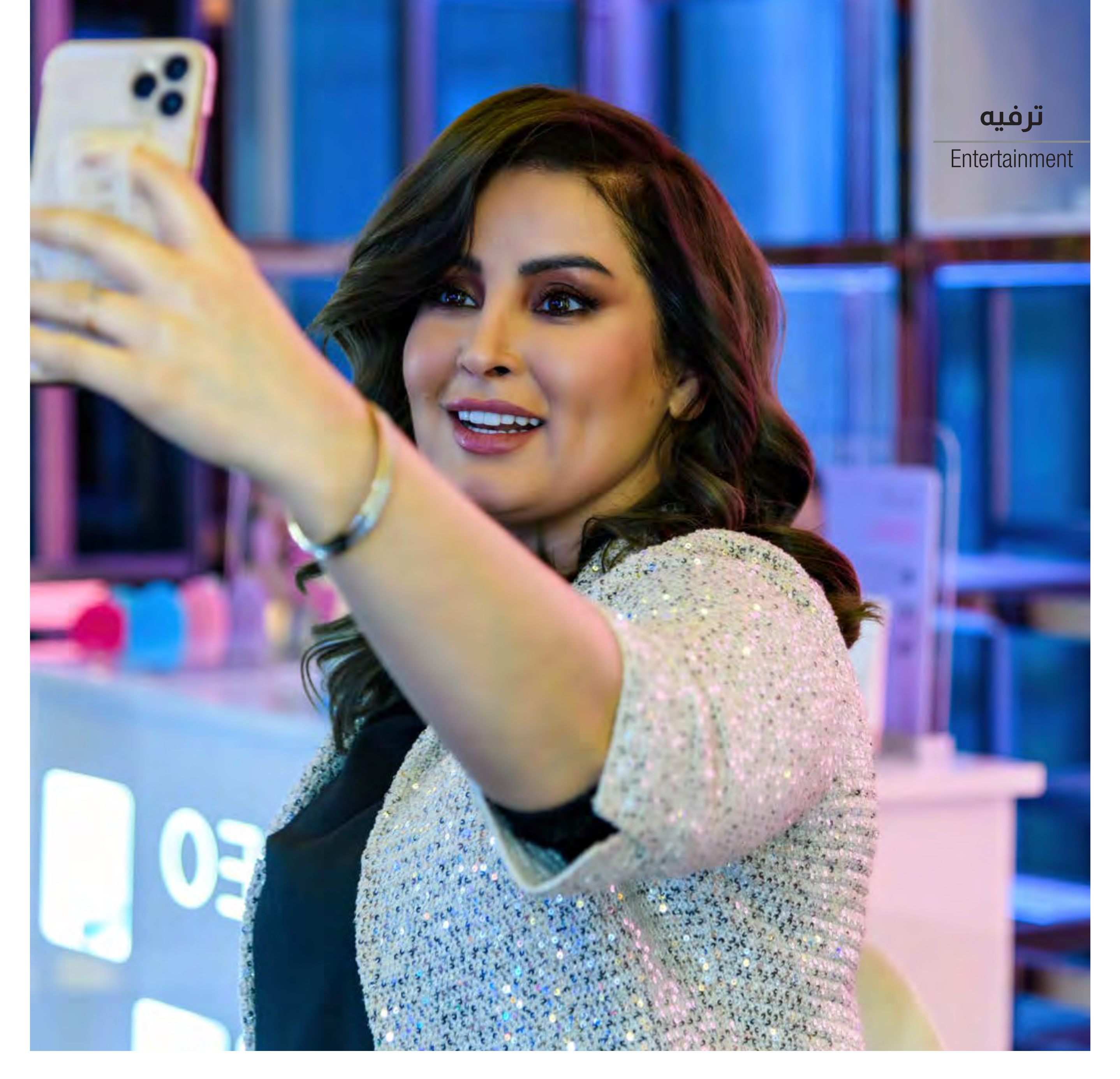
من تخصصها «التوعوي»، وقالت: «أنا طبيبة سعودية أمثل بلدي ورسائلي تصل للعالم وهذا يشرفني».
وحول فيروس اوميكرون الجديد بيّنت: «تحور الميكروبات أمر متوقع، ولدينا لجان تتابع الموضوع، لذا علينا أن نأخذ ما يصلنا من المختصين في بلدنا وألا نشتت أنفسنا بالمعلومات التي تردنا من الخارج».
وفي ختام اللقاء عبرت عن سعادتها وانبهارها بما شاهدته في موسم الرياض وأكدت على أن «الترفيه يرتبط بالصحة يرتبط بجودة الحياة يرتبط بتحسين الاقتصاد والاستثمار، بتوليد وظائف جديدة وتدوير الدخل بين الناس».

مستشارة المشاريع نورة السويدي: العلاقات العامة فن مرتبط بعلم النفس

صادف لقاء مستشارة المشاريع الإماراتية نورة السويدي في بيت سيدتي الزجاجي مناسبة اليوم الوطني الإماراتي الخمسين، حيث ازدانت منطقة البوليفارد بالأعلام الإماراتية والأغاني الوطنية احتفالاً بهذه المناسبة الغالية على قلوب السعوديين، وسط وجود لافت من قبل السائحين من دولة الإمارات الذين قدموا لزيارة موسم الرياض والاحتفال بعيدهم على أرض السعودية. وقالت السويدي: «الفرحة اليوم بهذه المناسبة الغالية، لا تخصنا وحدنا كإماراتيين فقط، بل هي فرحة السعوديين، لأننا شعب واحد ونجاحكم هو نجاحنا ونحن نكمل بعضنا البعض»، مضيفة: «سعيدة جداً بهذا الاحتفال

نورة السويدي:
المرأة الخليجية تفوقت وقطعت شوطاً كبيراً حتى وصلت إلى ما هي عليه اليوم

وسعدت بإطلاق الألعاب النارية احتفالاً بيومنا الوطني، كانت مفاجئة رائعة». ولدى سؤالها عن دور المرأة الإماراتية وما وصلت إليه من نجاحات، أشارت: «من خلال تجربتي بالعمل في جميع دول الخليج فإن المرأة الخليجية بشكل عام تفوقت في كل المجالات، وقطعت شوطاً كبيراً حتى وصلت إلى ما هي عليه اليوم، ونحن نفخر كسيدات خليجيات بما حققناه». وتضيف السويدي: «رحم الله الشيخ زايد هو أول من شجع المرأة الإماراتية، وكل امرأة كانت على أرض الإمارات، واليوم كذلك نلمس هذا التشجيع المستمر من شيوخنا وحكامنا الذين يؤمنون بكل شخص يسعى إلى خدمة المجتمع سواء كان رجلاً أم امرأة». وعن الدعم التي تلقته، تشير نورة إلى أن عائلتها كانت الداعم الأكبر لها، وتحديداً والدها الذي منحها الثقة بالنفس، وحرية التنقل والسفر بمفردها لغرض العمل، بحكم مجال عملها في عدد من دول الخليج، ما أسهم في بناء شخصيتها القوية.
وحول مجال عملها في العلاقات العامة، تقول نورة: «تعلمت كثيراً في هذا المجال وطورت نفسي، فمجال العلاقات العامة هو فن ومرتبط أيضاً بعلم النفس، في كيفية التعامل مع الناس وتطوير علاقاتك معهم».



الممثلة والإعلامية مروة محمد:
أحرص على تقديم قضايا تهم المرأة السعودية

بدأت حياتها العملية كصحافية وإعلامية، لتبحر بعد ذلك في الفن وتقدم عدداً كبيراً من الأعمال الفنية الخليجية. وكانت بدايات الفنانة مروة محمد في عالم التمثيل من خلال «نجمة الخليج» ثم الفيلم الإماراتي القصير «حنين»، قبل أن تأتي انطلاقتها الحقيقية والتي عرفها الجمهور من خلالها وهي شخصية «عمشة» في المسلسل السعودي «عمشة بنت عماش» عام 2007.

إلا أن الشخصية الأقرب إلى قلبها شخصية «الهنوف» في مسلسل «خيوط ملونة» عام 2010 مع الفنان الراحل عبد العزيز جاسم، حيث جسدت شخصية فتاة تعمل مخرجة أفلام وثائقية تكتشف فجأة أن والدها يعمل في أعمال مشبوهة، فتقع في حيرة من أمرها.

وعن القضايا التي قدمتها خلال أعمالها الدرامية، أكدت أنها تحرص على تقديم القضايا التي تهم المرأة العربية والسعودية بشكل خاص قائلة: «طرحت عدداً من القضايا المهمة من خلال أعمالي مثل: قضية المرأة المعنفة، والزواج القسري، والمرأة المعيلة، وقيادة المرأة، والميراث، ونظرة المجتمع إلى الفن ومن يعملون به، وعدداً من القضايا المهمة».

وفي ختام حوارنا معها، عبرت مروة محمد عن محبتها وتقديرها لمجلة سيدتي، واصفةً إياها بأنها الداعم الأول للمواهب السعودية، حيث تابعت المجلة أخبار مروة محمد منذ بداياتها ومازلت تتابعها حتى اليوم، معبرةً عن امتنانها للمحبة والتقدير التي تلقاه من جانب المجلة دائماً هي وكل الفنانين السعوديين.

الباحثة السعودية غادة أبا الخيل:
أطمح لوجود أرشيف وطني يكون مرجعاً للأجيال

درست القانون ولكنها اختارت العمل في مجالات أخرى من بينها الإعلام كونه أكثر جاذبية ومتعة بالنسبة لها، فعلى الرغم من الصعوبات والتحديات التي واجهتها في بداية مشوارها إلا أنها كانت بمثابة قفزات للنجاح، إنها المستشارة والباحثة السعودية غادة أبا الخيل.

أبا الخيل وخلال لقائها في «بيت سيدتي الزجاجي» تحدثت قائلة: «عندما عملت في مركز الخليج للأبحاث كباحثة في الشؤون الأمنية كنا نتطرق في كثير من الاجتماعات إلى صورة السعودية أمام العالم،



غادة أبا الخيل:
المؤرخ عندما ينظر للجزيرة العربية ينظر إليها كصفحة هو بحاجة للتعرف إليها أكثر

ومع الوقت بدأ يصبح لدي اهتمام أكبر في إبراز الهوية السعودية للعالم الخارجي وتغيير الصورة النمطية للعالم عن الجزيرة العربية وأننا شعب متعدد الثقافات والاهتمامات، لذلك دخلت في المجال الإعلامي وبدأت أعمل استشارية لمؤسسات معينة عن كيفية صياغة الصورة للدول الغربية».

وحول المشهد الثقافي السعودي اليوم أضافت: «المشهد الثقافي الآن ملهم جداً وأنا أشكر ولي العهد الأمير محمد بن سلمان ورؤية 2030 لأنها أنعشت المشهد الثقافي الموجود، لآنه عندما يكون هناك اهتمام بمجالات معينة مثل صناعة الأفلام والأزياء والطهي وغيرها من هذه الأمور، فهي إلى جانب أنها تنعش الثقافة فهي تنعش الاقتصاد، ما يعني أنها ليست نهضة ثقافية فقط بل نهضة اقتصادية».

بدأت أبا الخيل بأرشفة كل ما يتعلق بتاريخ المملكة والجزيرة العربية، وحدثتنا عن هذا الاهتمام وكيف تحول إلى عمل: «عندما انتقلت للإقامة في ألمانيا وبالطبع كغيري من المغتربين أشتاق للوطن وأحن إليه فهذه المشاعر دفعتني أن أبحث عن أمر يعافي هذا الشعور - مع أنه لا يوجد - وحينها كنت أعمل مع مركز الخليج للأبحاث وخلال عملي كنت أقضي وقتاً طويلاً في المكتبات وأدخل وأبحث في الأرشيفات ووجدت أنهم يستخدمون مصطلحات معينة وصوراً عن شبه الجزيرة العربية ورغبت بمشاركة صديقاتي بها، وبعد ذلك شعرت أنها أصبحت مسؤولية لأني اكتشفت أن هناك شغف واهتمام واحتياج لمواد عن تاريخ المنطقة بشكل عام فتحول الموضوع من هواية إلى مسؤولية وعمل يأخذ من وقتي وجهدي الكثير بكل فرح وشغف طبعاً وأصبح بالنسبة لي مهمة حياة وجزء من المسؤولية الوطنية».

ولفتت إلى أن هناك اهتمام عالمي كبير بتاريخ الجزيرة العربية «لأن الجزيرة العربية من الأماكن التي لم تنقب بشكل عميق، فالمؤرخ عندما ينظر للجزيرة العربية ينظر إليها كصفحة هو بحاجة للتعرف إليها أكثر، أو ينظر إليها كمعلومات لم يستق منها الكثير بعد».

واخبرتنا أنها تطمح لدعم أي جهة مؤسسية لتأسيس أرشيف وطني للأجيال القادمة، ليكون لديهم تصور واضح لهوية وطنهم.

راوية الهاشمي:
طموحي أن أصل للعالمية وأغني مع Halsey

دخلت عالم الفن بالمصادفة، فهي تملك صوتاً عذباً مميزاً، جعلها تتخذ من الفن مساراً لحياتها. تقول راوية الهاشمي: «بدأت الغناء بالمصادفة عندما كنت في المنزل يوم إجازة، وكنت أغني بطريقة عفوية، وأرسلت مقطع صوتي صغير لصديقتي وأنا أغني، وأعجبت بصوتي وطلبت أن أغني مقطعاً آخر، وبالفعل غنيت فاقترحت عليّ أن أشارك حينها بموسم الرياض. وبالفعل شاركت وتم قبولي في موسم الرياض السابق، وكانت مفاجأة جميلة بالنسبة لي وفتحت الباب لطموحي وهوايتي».

حول غنائها باللغة الأجنبية توضح: «أهوى اللغة الإنجليزية أجد نفسي فيها وأشعر بأنها معبرة بالنسبة لي، وأكثر الأغاني التي أغنيها تدور حول العتاب والحزن، فهناك أشخاص كثر يرغبون بسماع تلك الأغنيات بصوتي، واستمتعت بذلك كثيراً».

الهاشمي حالياً تجهز لألبومها الأول، إلى جانب ذلك فإنها تقوم بتدريب صوتها على الطبقات، حول ذلك علقت: «أتدرب على طبقات الصوت وبشكل خاص على الطبقات الصغيرة بشكل يومي والاحظ تحسناً كبيراً». وأضافت: «لدي رغبة لأن التحق بأحد المعاهد الفنية وأطور نفسي بالعزف على البيانو وأن أبدأ العزف والتلحين بنفسي، وهذا طموحي، أن أتعلم العزف على البيانو والجيتار أيضاً، إلى جانب ذلك فأنا أقوم بكاتبة كلمات بعض الأغاني».



2021
عام تألق المواهب الخليجية في الدراما

قدَّمت الأعمال الدرامية والكوميدية التي عُرِضَت على الشاشات العربية في العام 2021، عدداً من المواهب التمثيلية الخليجية الشابة التي أثبتت نفسها، وبرهنت على جدارتها في الظهور بهذه المسلسلات. وبرزت في دراما رمضان 2021 وجوهٌ جديدة، أطلَّت على المشاهدين للمرة الأولى، في حين تابع عددٌ من الموهوبين الجدد مسيرة التألق باستقطابهم لأعمالٍ جديدة بعد إثبات موهبتهم في أخرى سابقة، ليصبحوا من نجوم الصف الأول، من خلال الأعمال التي تم عرضها على مدار العام سواءً على الشاشة الصغيرة أو عبر المنصات المختلفة. «سيدتي» تستعرض لكم في ما يأتي أبرز الأسماء الفنية الشابة، التي وضعت بصمةً لا تنسى في الدراما الخليجية خلال العام.

الرياض | **يارا طاهر Yara Taher**



ليالي دهراب.. الأداء الطبيعي

دخلت الفن عام 2016، وقدَّمت مسرحية «ناني» في 2018، و«عشاق رغم الطلاق»، وفي العام التالي أطلَّت على الجمهور عبر «كان خالد»، و«غرس الورد»، والمسرحية الاستعراضية «كايرو»، كذلك مثَّلت في «جمان»، و«الكون في كفة»، أما في 2020 فأبدعت في «دفعة بيروت»، وتابعت تميزها في الأدوار التي ظهرت بها في دراما رمضان 2021، حيث أدَّت دور زبيدة رئيسة الخدم في منزل مارغريت في مسلسل «مارغريت»، وتقوم في العمل الدرامي بنقل كل ما يحدث في المنزل إلى شقيقة زوجها «هيفاء»، التي جسَّدت دورها سعاد علي، لرد حقها في الميراث، فيما أطلَّت بدور فتاةٍ مهملة، لا تهتم بنفسها ولا ببيتها، في مسلسل «أمينة حاف»، كما تفتعل المشكلات بين أختها أمينة وزوجات زوجها في إطار «كوميدي لايت».
واستطاعت ليالي ببراعتها التمثيلية نيل إعجاب المتابعين في تطبيق «إنستغرام»، حيث تخطى عدد المتابعين لصفحتها في الموقع 1.7 مليون شخص.
ويبدي كثيرٌ من جمهورها إعجابهم بأدائها أدوارها بشكلٍ طبيعي أقرب ما يكون إلى الحقيقة. وتقوم ليالي حالياً بتصوير دورها في مسلسل «جنية».


صمود المؤمن

صمود المؤمن.. نقلةً نوعية في مسيرتها الفنية

تنشط منذ عام 2012 في «السوشيال ميديا»، أما ظهورها الأول على الشاشة، فكان في 2017 برفقة شقيقتيها مريم وفاطمة، في حين كان مسلسل «عطيتك عيوني» أول عمل درامي تمثِّل فيه، وتحديداً عام 2019، لتعمل بعدها في «تقدير احتياج» في 2020، كما قدَّمت «مانيكان».

وشهد العام الجاري 2021 نقلةً نوعية في مسيرتها الفنية، حيث ظهرت بدايةً في «عالقون»، وأدَّت في العمل دور المحققة «أسماء»، وقد وجده الجمهور دوراً مختلفاً عن باقي أدوارها السابقة، إذ تقوم في سبع حلقاتٍ مثيرة ومليئة بالغموض بمحاولة حل عددٍ من الجرائم، كما شاركت في «أمينة حاف»، ولعبت في المسلسل دور الفتاة الطيبة المطيعة التي تجبرها والدتها على الزواج من شخصٍ ثري، لكنه غير مؤهل، وأُعجب الجمهور بإجادتها دور المسكينة على الرغم من ظهورها بدور «سجى» الشريرة في مسلسل «الروح والرية»؛ حيث تفتعل المشكلات مع زوجها، ثم تنفصل عنه بعد وضع توأمين، وتتزوج من غيره دون مبالاةٍ بولديها.

أيضاً عُرِضَ لها الجزء الثاني من «أمر إخلاء»، المسلسل الكوميدي الجماهيري؛ حيث أدَّت دور «دلال»، ابنة الفنانة فوز الشطي الشقية، كما قدَّمت شخصية «مريم» الأنانية في «من بعدي الطوفان» إذ تضع مصلحتها فوق مصلحة الجميع، وتثير المشكلات بين والدها وإخوتها وزوجها. وتصوِّر حالياً مسلسل «سيدة العتمة».


سمية رضا

سمية رضا.. موهبة متطورة

يعدُّ مسلسلا «بعد حين»، و«كوكب» عام 2019 البداية الفعلية لها، لتقدم بعدهما دور «عهود» البدوية في «حارس الجبل»، أما شهرتها الأكبر فجاءت بعد المشاركة في مسلسل «رشاش»؛ حيث جسَّدت دور «عايدة» الزوجة التي تقدس زوجها، وتضحي من أجله على الرغم من حاجتها إليه خلال حملها.

وأثنى كثيرٌ من المشاهدين على موهبتها الفنية، مؤكدين أن هناك تطوراً كبيراً في مستويات الفنانات السعوديات.



أحمد النجار



طلال باسم

تابع عددٌ من الموهوبين الجدد مسيرة التألق باستقطابهم لأعمالٍ جديدة بعد إثبات موهبتهم في أعمال سابقة

أحمد النجار.. إتقان الشخصيات

«ستاند أب» كوميدي، برز في مسلسل «أمينة حاف»، وشكَّل ثنائياً رائعاً مع الفنانة ليالي دهراب التي يقع في حبها خلال المسلسل، الذي يؤدي فيه دور الابن العاقل؛ حيث يعمل في وظيفةٍ حكومية، ويساعد والدته على حل مشكلاتها مع زوجها، الذي يقترن بثلاث زوجاتٍ أخريات.

وأتقن النجار دوره لدرجةٍ جعلت الجمهور يصدق نظرات الحب بينه وبين ليالي دهراب. ويصوِّر حالياً «جنية».

طلال باسم.. أفضل ممثلٍ شاب

شارك في عددٍ من الأدوار في صغره، ويعدُّ مسلسل «أمينة حاف» 2021 الظهور الحقيقي له، وأدَّى فيه دور الابن «أوس» شابٌ مدلَّل من قِبل أمه، يفتعل المشكلات بينها وبين زوجات أبيه. وقد تمَّ تكريمه بوصفه أفضل ممثلٍ شاب في رمضان الماضي، واستفزَّ دوره الجمهور كثيراً، فأكدوا أنه يشهد تطوراً كبيراً.

عمران العمران.. من الإعلانات إلى التمثيل النجح

موديل إعلاني، دخل المجال عام 2016، فيما شهد 2019 عمله الدرامي الأول، وهو مسلسل «عناقيد»، ثم ظهر في «الميراث»، أول مسلسلٍ سعودي «سوب أوبرا»، وجسَّد فيه دور «منصور»، الابن الأكبر لماجد «محمد الحجي»، الذي يدخل في مشكلاتٍ كثيرة مع عائلته، ويتزوج دون إخبارهم.

ووجد دوره في العمل تطوراً كبيراً في نسخة العام الجاري؛ حيث أصبح أكثر تأثيراً في محيطه، كما شارك في مسلسل «المشهد الأخير» بدور الدكتور المنقذ.



عمران العمران


نايف الظفيري


مهند بن هذيل

مهند بن هذيل.. جماهيرية عالية

اشتُهر بين الجمهور عبر مسلسل «الميراث»، الذي يؤدي فيه دور «فهد الخطوان»، الأخ الأوسط في الأسرة والأقرب إلى والديه والناصح لإخوته وصندوق أسرار العائلة، ولأنه يفضِّل الاعتماد على نفسه، فقد افتتح مقهى خاصاً به حتى يصبح ملتقى للتبادل الثقافي والإبداع، لكنه يقع في حب شهد البهيتاني على الرغم من الحقد المتوارث بينهما.

وفي العام الجاري، تفاعل الجمهور مع زواجهما بعد تطورات كبيرة على دورهما في العمل، وأسهم بإجادته الشخصية في ترشيحه للعمل في «رشاش»؛ حيث أدى في المسلسل الأول في ترند السعودية دور ضابطٍ خائن، يساعد رشاش في عملياته الإجرامية، كما شارك في مسلسل «اختطاف» الذي حقق جماهيريةً عالية، والجزء الثاني من «بنات الملاكمة».


جود السفياني

جود السفياني.. استحقت دور بطولةٍ في «الميراث»

شابةٌ في عمر الزهور- 19 عاماً، قدَّمت عدداً من الإعلانات، وظهرت في فيلمٍ قصيرٍ بعنوان «رخصة».

وفي 2021 استحقت دور بطولةٍ في «الميراث»، إذ تؤدي شخصية «زين» الفتاة القوية التي لا تقبل أن يمسها أحد، وقد جذبت الأنظار إليها بإجادتها دورها.

نايف الظفيري.. ضمن الفنانين الكبار

استطاع لفت أنظار الجمهور إليه عام 2013 عبر ستاند أب كوميدي، قدَّمه مع شقيقه نواف، أما ظهوره الفني الأول فكان في «تكي»، أول مسلسلٍ سعودي في «يوتيوب».

عام 2019 شارك في برنامج «عرب أيدول»، ومثَّل في «كوكب آخر»، بينما قدَّم في العام الجاري «إسعاف»، المسلسل السعودي الذي تدور أحداثه في مركز إسعافٍ؛ حيث يُعيَّن مديراً جديداً له، كما تميَّز في «رشاش» الذي أدَّى فيه دور «فهد»، الضابط الذي يحارب من أجل القبض على «رشاش» على الرغم من عدم قبول والده عمله، وقد أكسبه هذا الدور جماهيريةً عالية، جعلته ضمن الفنانين الكبار.

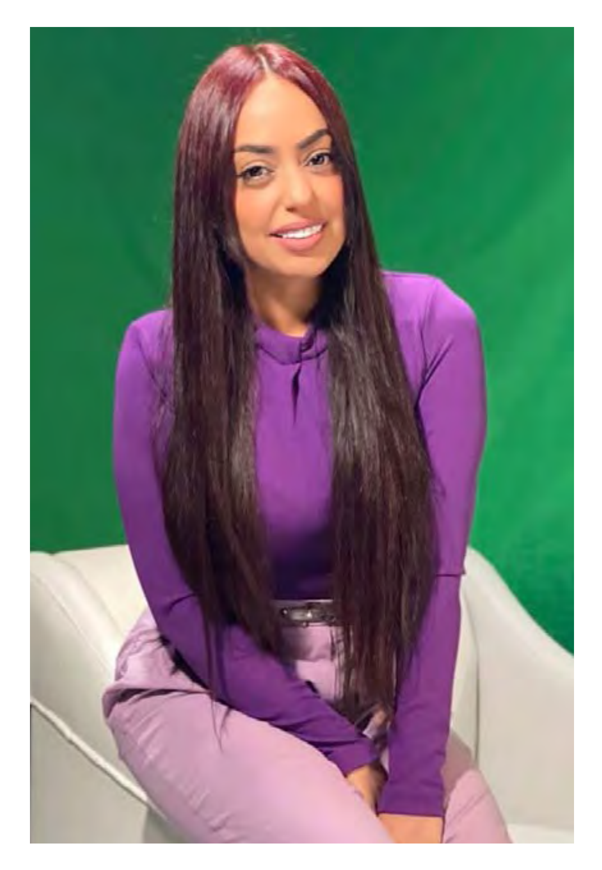

فايز بن جريس

فايز بن جريس.. أداء بارع

درس التمثيل السينمائي عام 2017، وجاءت مشاركته الأولى قويةً بالظهور في دور «عمر» في مسلسل «رشاش»، الشاب البريء الذي يتورَّط في قضايا عدة مع أن نيته صافية، وهي مساعدة صديقه فقط.

وقد اكتسب فايز جماهيريةً غير مسبوقة في السعودية، إذ أبدى كثيرون إعجابهم بأدائه، واتفقوا على إجادته دوره في العمل ببراعة على الرغم من صعوبته، كما مثَّل في مسلسل «اختطاف»، حيث أدَّى دور «فهد»، وعزَّز من جماهيريته بخطوةٍ ذكية.

مهرجان البحر الأحمر السينمائي الدولي



سهى الوعل
ناقدة فنية سعودية

انتهت فعاليات البحر الأحمر السينمائي الدولي لنقف ونلقي نظرة عامة على التجربة من بعيد الآن ونحكم عليها، وكبداية وبشكل عام فالتجربة نجحت جداً بالطبع واستطاعت إثارة فضول الجميع وحملهم على البحث عنا وعن إنتاجاتنا وعن الحقيقة بشأننا، فهناك الملايين ممن مازالوا يعتقدون أننا مختلفين، بينما استطاع مهرجان البحر الأحمر السينمائي الدولي، والذي جاء بعد يوم واحد من انتهاء حدث عالمي آخر وهو الفورميلا 1 واستضاف مشاهير من حول العالم، أن يعزز الصورة ويجبرهم على رؤيتنا كما نحن وليس كما يعتقدون.
من جهة أخرى، المهرجان قدم فرصة كبيرة للكثير من المهتمين لعرض إبداعاتهم، وجمع العديد من الأسماء المهمة لدعم الموهوبين الذين قدم لهم المهرجان أكثر من برنامج لتنمية مهاراتهم وصقلها وأكثر من فرصة لتحقيق أحلامهم.. لكن ما الذي ننتظره من المهرجان خلال السنوات القادمة؟
الهوية هي ما نريد أن نلمسه.. خاصةً وأن المهرجان مُقام في «جدة البلد» ولذلك ننتظر في المرات المقبلة أن يستمتع الضيوف بالمنطقة فعلاً، أن يؤخذوا في جولات طويلة مع الحكواتي إليها، أن تُقام على شرفهم مآدبنا بكل ما تحمله من تفاصيل تشبهنا هناك، أن تكون السجادة الحمراء ممتلئة بالنجوم من الخارج لكنها أكثر امتلاءً بنجومنا وإعلاميينا الكبار، أن تتخلل حفلي الافتتاح والختام كلمات معبرة، مشاهد تحكي حكايتنا، وفقرات تكريمية كثيرة لنجوم من هنا أثروا بنا وبالصناعة يجب أن يعرفهم ضيوف المهرجان ويتعرفوا إلى تجربتهم ويُثار فضولهم ليكتبوا عنهم، أن تكون الاستعراضات من وحي موروثنا وثقافتنا، أن يحمل الضيوف معهم في النهاية قصة جديدة عنا.
ننتظر أيضاً أن يكون مهرجان البحر الأحمر السينمائي الدولي عراب أهم الصفقات الفنية في العالم، ننتظر أن يكون المهرجان هو المكان الذي يسهل فيه التقاء الجميع ببعضهم كل يوم، أن يوفر لهم الفرصة للالتقاء والاحتكاك من دون قيود أو أسئلة..
أن يكون و(ببساطة) هو الوقت المُنتظر كل عام من قبل العاملين في السينما من حول العالم لتحقيق أحلامهم التي ينتظرون التوقيت والزمان المناسبين لتحقيقها.
تحية كبيرة لهذا المشروع الذي طال انتظاره، طال انتظاره جداً، وها هو اليوم يبدأ مشواره الذي ننتظر أن يصل به إلى المقدمة، في مصاف «كان» و«فينيسيا» و«برلين»؛ بل ربما أبعد من ذلك.. لأننا قادرون.



مهندس التصميم الداخلي رائد الصفي:
جذوة شغفي بالديكور لم تنطفئ خلال عقدين

تمتدّ خبرة مهندس الديكور الداخلي الكويتي رائد الصفي إلى أكثر من عقدين تبدّلت خلالهما الأذواق والديكورات والتصاميم، فيما بقيت جذوة الشغف تُضيء طريق خريّج «جامعة الكويت»، الذي لا يفوّت يوماً من دون تعلّم الجديد فيه. «أستمع إلى الصغير قبل الكبير كي أستفيد وأفيد الغير»، يقول لـ«سيدتي»، في الحوار الآتي نصّه، والذي يغوص في رؤية الصفي التصميميّة، وأعماله.

«سيدتي» | نسرين حمود Nisrine Hammoud

في التعريف بك على موقعك الإلكتروني، يرد أنك صمّمت «بيوت الأحلام» لملّاك في دول عربيّة عدة؛ ما هو «بيت الأحلام»؟

«بيت الأحلام» هو بمثابة هاجس للزوجين، في بداية حياتهما المشتركة، فهما يعملان معاً، رفقة المصمّم، بشكل حثيث، على التخطيط الدقيق، وتحديد الاحتياجات الخاصّة بهما في مساحتهما، وتلافي المشكلات التي واجهها كل منهما في العيش بمنزل والديه، بغية الوصول إلى تحقيق حلمهما على أرض الواقع، في أقرب وقت. يجمع «بيت الأحلام» بين الراحة والهدوء والخصوصيّة والترفيه... ويشابه الفندق، ويتضمّن شيئاً من خيال الزوجين، الخيال الذي يغذّيه السفر والتنقّل من بلد إلى آخر، الأمر الذي يفتح آفاق الفكر، ويساعد في تصميم الأفضل والأنسب. الجدير بالذكر أن دور المصمّم هو خلق أجواء تتناسب مع احتياجات الزوجين، وجعل التصميم يوفّر كل سُبل الراحة والترفيه والخصوصيّة.

التصميم عن بعد

هل من مشروع مثّل نقطة فاصلة في مسارك المهني؟

ثمّة مشروع اشتغلت عليه أخيراً، ومثّل تحدّياً لي، فقد كان عبارة عن فيلّا ضخمة ممتدّة على مساحة 1800 متر مربع، وكائنة في دولة قطر الشقيقة. تحقّق العمل على التصميم عن بعد، العمل الذي كان دقيقاً لرغبة صاحب الفيلّا بأن تتصف ديكوراتها بالكلاسيكيّة الفخمة، مع دمج الطراز الكلاسيكي بذلك المغربي في بعض الصالات، والتركيز على الانتقال بانسيابيّة، من ركن إلى آخر. وقد وفقني الله في هذا المشروع، الذي أنجزته في الوقت المناسب، مع رضا صاحبه، الأمر الذي كان نقطة فاصلة في مساري المهني.

بعد سنوات الخبرة التي تربو عن العشرين في المضمار، هل انطفأ الشغف أم هناك حماس دائم للإبداع والابتكار؟

جذوة الشغف بداخلي لا تنطفئ، الأمر الذي يبقيني متحمّساً على الدوام، ويقودني إلى الابتكار والإبداع. مصدر الشغف هو تعويد الذات على التعلّم والتدريب المستمرّين، فلا أزال أستمع من الصغير قبل الكبير كي أستفيد وأفيد الغير.

هل السير في ركب الطراز المعاصر المحمّل بتأثيرات أوروبيّة هو بمثابة اتباع معادلة ناجحة ومرغوبة من الناس، مهما اختلفت الجغرافيا؟

صحيح أن الطراز المعاصر يسيطر على ساحة التصميم الداخلي، بقوّة، لكن للجغرافيا أهمّية، وعلى كل مصمّم أن يلتفت إلى ذلك، أثناء الاستدلال من الطراز المعاصر، فليس كلّ ما هو سائد في أوروبا في مضماري العمارة والتصميم الداخلي مناسب لنا. لو رأيت فيلّا تتربّع على جبل على سبيل المثال، وتتمتّع بتصميم رائع وإطلالة أخّاذة، هل يمكن نقل التصميم، بحذافيره، إلى موقع جغرافي مختلف؟ بالتأكيد لا، وذلك لأن البيئة تؤثّر في التصميم، لا بدّ أن يراعي المصمّم الألوان والخامات والإكسسوارات المستخدمة ومدى ملاءمتها للمحيط، بخاصّة أن المشروع الذي لا يبدو كأنّه امتداد لبيئته يعبّر عن تلوّث بصري!



«بيت الأحلام» يجمع بين الراحة والهدوء والخصوصيّة والترفيه

الألوان الترابيّة

الألوان الترابيّة واضحة في معظم أعمالك؛ هل من سبب خاصّ لتوظيفها؟

لسيطرة الألوان الترابية على غالبيّة المنازل سبب وجيه، هو أن بيئة الخليج العربي، بشكل عام، صحراويّة، وبالتالي اشتقاق الألوان منها يشعر بالألفة. أضف إلى ذلك، تتّصف الألوان الترابية بالراحة والحيادية والاستدامة. ولهذه الألوان تدرّجات كثيرة تسمح للمصمّم بالتفنّن بها، سواء في الدهانات أو الخامات أو المفروشات، من دون الإغفال عن تفضيلات الناس لها.

ما هو الجديد في موضة التصميم الداخلي لعام 2022؟ وما هي نصائحك للقرّاء، في هذا المجال؟

لناحية الأثاث، يغلب الصوف الأجعد الشبيه بكساء الخروف على المفروشات، فقد ظهرت هذه الخامة في التصاميم منذ نحو عام، وهي لن تتراجع في العام المقبل، مع الإشارة إلى جماليتها، عندما تستخدم في تنجيد الصوفا كبيرة الحجم، أو المقاعد الجانبيّة، بالإضافة إلى بعض الوسائد. الأخشاب الفاتحة، بدورها، ستكسو الجدران، وتعبّر عن ديكورات جذّابة، بعيداً عن ربط هذه الخامة الدافئة (الخشب) باللون البنّي.

من جهةٍ ثانيةٍ، بدأ الطلب على استخدام الرخام يتراجع، في مقابل تقدّم البورسلان الذي يُبدع المُصنّعون في تلوينه بألوان مُطفأة ولمّاعة، وفي التلاعب بسمكه وبجعل تأثيراته قريبة من الرخام، من دون الإغفال عن تكلفته المعقولة.

نصيحتي للقرّاء الراغبين في تجديد مساحاتهم، بالبعد عن المبالغة في اختيار الألوان، كما بالتخلّي عن الأثاث الضخم، وذلك لأن المصمّمين يتجهون راهناً إلى رسم لوحات ديكور سادة وهادئة. أضف إلى ذلك، تُشعر وفرة الألوان والمفروشات والإكسسورات الإنسان بالملل من الديكور، بعد فترة وجيزة، بخاصّة إذا كانت المساحة عبارة عن فيلّا صغيرة.

وسائل التواصل

هل أصبح الناس أكثر وعياً بمهمّات المصمّمين الداخليين، بعد انتشار وسائل التواصل الاجتماعي؟

على الرغم من انتشار وسائل التواصل الاجتماعي، إلّا أن بعض الناس لا يزال يفتقر إلى المعلومات الكافية عن الجهد المبذول من المصمّم حتى يُخرج تصميماً يلائم العميل، فيما البعض الآخر لا يبالي بذلك. هنا، يأتي دور المهندس، للإضاءة على مجهوده من خلال الصور والمعلومات والفيديوهات...

هل أصبح الناس عمومًا في المنطقة العربيّة، لا سيّما الأزواج الجدد، أكثر تقبّلًا لفكرة المنزل ذي المخطّط المفتوح Open Plan؟

أصبحت الفكرة مقبولة أكثر، مع تبدّل الزمن والأجيال، وتأثيرات الثقافة الغربيّة، كما التطوّر الذي طال مواد العزل والخامات وأنظمة التهوية. في مشروع مماثل، لا بدّ من عزل المطبخ الرئيس عن الأجزاء الأخرى في المساحة، حتى لا تتأثر بروائح الطهي، الأمر الذي يتطلّب دراسة متقنة، مع الاهتمام بالخصوصيّة ونظام الحركة وأسلوب حياة العائلة.

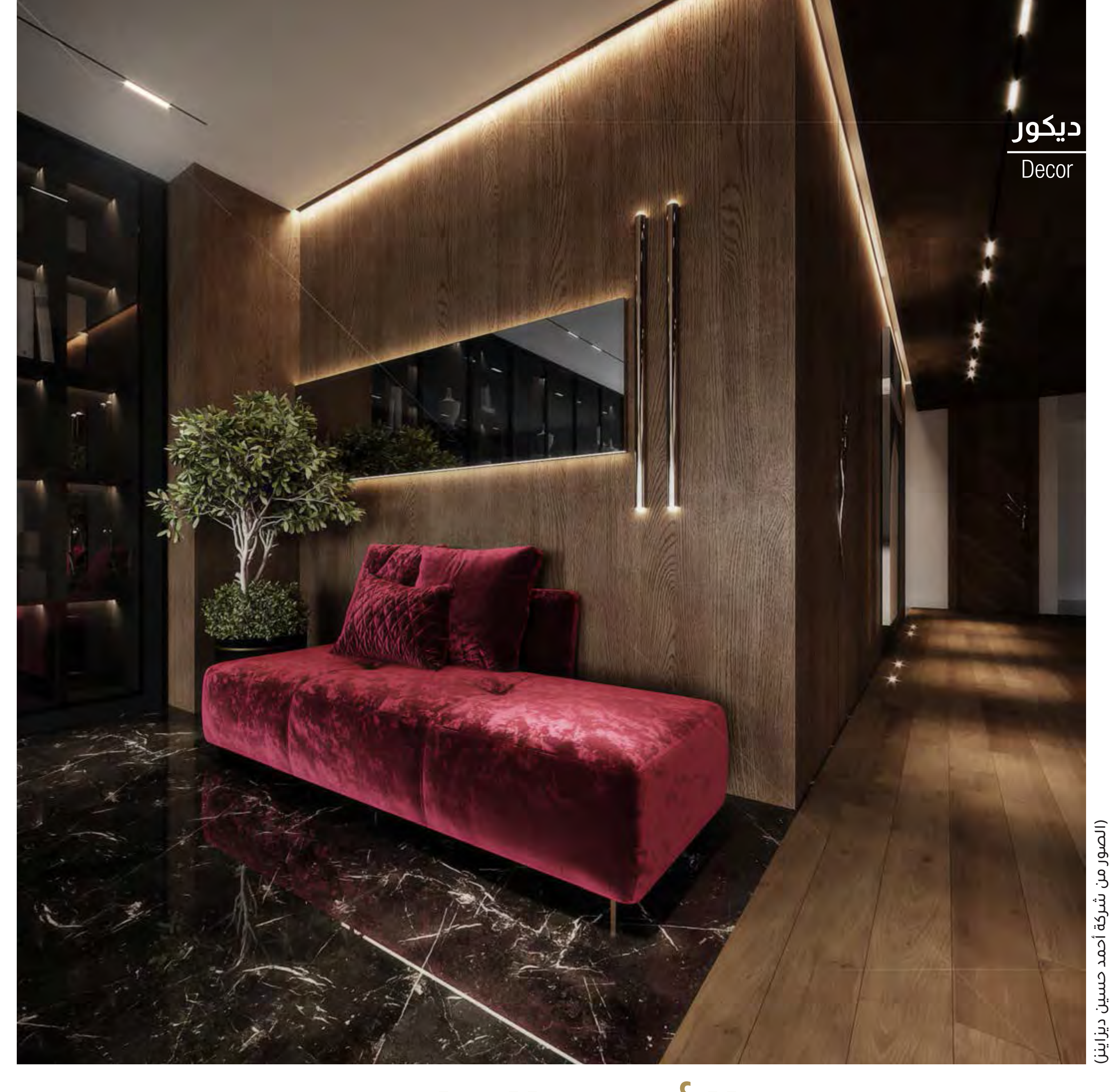
تطوّر في التفكير

هل من جديد على صعيد تصاميم الديوانيات المرغوبة في بعض منازل الخليج؟

يلاحظ أن أصحاب المنازل، الذين يرغبون في حضور الديوانيّات في مساحاتهم، أصبحوا أكثر اقتناعاً بفكرة الدمج بين طرازين في هذه المجالس، بأسلوب جميل، الأمر الذي يسمح للمصمّم بتطبيق مجموعة من الأفكار الإبداعيّة. أضف إلى ذلك، يولي المالكون أهميّة لأعمار من سيجلسون في الديوانيّات، الأمر الذي يعبّر عن تطوّر في التفكير، وينعكس إيجاباً في أعمال المصمّمين من جهة أخرى، الاعمال التي تُركّز على طريقة إجلاس كبار السنّ أو ذوي الاحتياجات الخاصة في غرفة مريحة تسمح لهم بالتحرّك بسهولة، وتحظى بالتهوية والضوء الطبيعي، ما يجعل من الشبابيك الضخمة مناسبة في هذا الإطار.







(الصور من شركة أحمد حسين ديزاينز)

الأحمر القاني في الديكورات الشتوية المترفة

تحمل الألوان لغةً بصريّةً عالميّةً يفهمها كلّ الناس، كما تقوم بدور هامّ في الديكور الداخلي، فهي تبثّ مشاعر محدّدة، وتستطيع تغيير الأمزجة، كما تعبّر عن صفات ورموز من دون وساطة الكلمات. فقد تُنجح الألوان التصميم الداخلي أو تُفشله، مع الإشارة إلى أنّها تنقسم إلى فئتين: الألوان الحارّة كالأحمر والبرتقالي، والتي تطبع المساحة بالحيويّة والديناميكيّة، والألوان الباردة كالأزرق والأخضر، والتي تضفي الهدوء أينما تحلّ...

لعشّاق الأناقة، يعدّ الأحمر القاني (بوردو) من الخيارات اللونيّة المثاليّة التي تطعّم الديكورات بلمسات مترفة ودافئة ومريحة، بخاصّة في موسم البرد. في هذا الإطار، يتحدث المهندس أحمد حسين في لقاء مع «سيدتي» عن خصائص اللون الأحمر القاني، وعن كيفية إدراجه في التصميم الداخلي العصري.

بيروت | ماغي شمّا Maguy Chamma



مهما كان التدرّج اللوني المشتقّ من الأحمر، يعدّ الأخير من الألوان البارزة التي تطبع المساحات بالفخامة والجرأة... الأحمر القاني، بدوره، لون شتوي يحيل إلى اللهب الذي يُدفئ المساحة، والحيوية والطاقة ويبعث شعوراً الايجابيّة والبهجة والتفاؤل. كان اللون الأحمر يُميّز الديكورات الكلاسيكيّة سابقاً، ويرمز إلى الرفاهيّة، ففي القرن التاسع عشر، زُيّنت التصميمات الداخليّة الأكثر رقيّاً بالمخمل الـ«بوردو»، وصولاً إلى وقتنا الراهن، الذي لا يزال يحتفظ هذا اللون به بدلالات الترف والفخامة. كما أن الأحمر القاني يروج أخيراً في المساحات المعاصرة. في هذا الإطار، يوضّح المهندس أحمد لقارئات «سيدتي» إن «الألوان لا ترتبط بطراز محدّد»، لافتاً إلى أن «الأحمر القاني يستخدم لوناً رئيساً في الديكور الداخلي بالمساحة السكنيّة أو عن طريق لمسات بسيطة، ولو أنّه يفضّل استخدام الأحمر القاني عن طريق مشحات كفيلة بأن «تنعش» الديكور». ويضيف المهندس أحمد أن «الأحمر القاني يعدّ من الألوان الأساسية؛ كان عُرف منذ بداية وجود البشرية، ويمكن رؤية ذلك من خلال الآثار القديمة ومنها الرسومات الفرعونية على سبيل المثال».

يفضل استخدام الأحمر القاني في المساحات الضيقة من خلال الإكسسواراتً، لا سيّما وحدات الإضاءة والشموع والورود والتحف الصغيرة





(الصور الثلاث من shutterstock)


أحمد حسين

(الصورة من شركة أحمد حسين ديزاينز)

الأحمر القاني في التصميم الداخلي

تتعدد استخدامات الأحمر القاني في المساحات الداخلية المختلفة، فهذا اللون القوي واللافت للانتباه يتطلّب فهم معانيه، قبل توظيفه في الديكور الخاصّ بكل غرفة: ففي المدخل، يوضّح المهندس أحمد، أن «الأحمر القاني يرحّب بضيوف المنزل». أمّا في غرفة الجلوس، فيجذب اللون عندما يطعّم لوحة الديكور بمشحات منه، وذلك عن طريق لوحة فنّية مثبتة على الجدار أو قطع من السجاد أو الوسائد...
بالمقابل، يُعرف اللون الأحمر بأنّه يرفع مستوى الطاقة داخل الغرفة، لذا يفضّل إبعاده عن غرف النوم لأنّه قد يؤثّر سلباً في شاغليها، ويعوق عمليّة الاسترخاء. لكن، إذا كان اللون مفضّلاً للبعض، يقترح المهندس أحمد أن يحلّ على جدار واحد، مقترناً بالزهري (أو بالأزرق أو بالأخضر) الطاغي على الديكور، وذلك لغرض جعل الغرفة تتألّق بفخامتها. كما تجمّل الإكسسوارات الحمر، بدورها، مساحة النوم، بخاصّة إذا دمج اللون الأحمر القاني بالأبيض والأزرق أو الاخضر.
يمكن ايضاً اختيار اللون الأحمر للمطبخ وغرفة الطعام، فهو معروف بأنّه من الالوان التي تفتح الشهيّة. في هذا الإطار، قد يقترن الأحمر مع الرمادي مثلاً، أو الأسود، ليحلّ الأحمر القاني في كراسي الأكل أو أجهزة المطبخ.
من جهةٍ ثانيةٍ، لا يحبّذ استخدام الأحمر القاني، بإفراط، في الحمّام، لأنّه قد يضيّق مساحة الحيّز المحدودة أصلاً. في هذه الحالة، يفيد أن تصحبه الألوان الفاتحة والهادئة، كالتدرّج الفاتح من الرمادي أو البيج أو الأبيض مثلاً، وذلك حتّى لا يعتّم المساحة ويؤثّر سلباً في حيويتها. أضف إلى ذلك، يحلو اعتماد خشب الجوز الداكن، مع الإكسسوارات بلون الفضة، في الغرفة التي «تستأنس» بالأحمر القاني.
يفضل استخدام الأحمر القاني في المساحات الضيقة من خلال الإكسسوارات عموماً، لا سيّما وحدات الإضاءة والشموع والورود والتحف الصغيرة.

طاولات الكونسول المودرن
للمساحات الراقية والعملية

كان الكونسول عبارة عن منضدة ثابتة على الحائط أو متحرّكة، تحمل سطحاً مزيّناً بالأنتكيات، ومرآةً مُذهّبةً ومزخرفةً. توضع المنضدة المذكورة في مدخل المنزل حصراً، مع التركيز على إبراز الحرفة في تصميم الخشب، المادة الوحيدة التي كانت تصنع هذه الطاولة المميزة في الديكور. لكن، تطوّر الكونسول، سواء لناحية المواد التي تدخل في تصميمه أو المكان الذي يضمّه. في لقاء مع «سيدتي»، يتحدّث المدير التنفيذي لشركة «آرت ديكو ديزاين» المصمم نبيه عفارة، عن موضة الكونسول الحديثة، وكيفية اختيار هذه القطعة حتّى تطبع المساحة التي تحلّ فيها، بالفخامة.

بيروت | **ماغي شمّا Maguy Chamma**





(الصور من شركة آرت ديكو ديزاين)

حسب المساحة المتوافرة، يمكن اختيار حجم الكونسول، الذي يتخذ راهناً شكلاً بسيطاً، بخلاف العصور القديمة، حين اشتهرت هذه القطعة من الأثاث بكثرة التفاصيل المستوحاة من الطبيعة، وغيرها. في هذا الإطار، يدعو المصمم عفارة إلى «مراعاة المكان الذي سيوضع الكونسول فيه، والغرض منه، قبل اختيار حجمه ولونه وتصميمه». مثلاً: إذا حجز الكونسول مكاناً له في منطقة رطبة، كالحمّام، يفضّل أن يُصنع من الرخام، أمّا الكونسول الخاصّ بغرفة المعيشة (أو الطعام) فيصنع من الخشب. في حالات أخرى، يؤدّي الكونسول دور التزيين، عندئذ تكثُر الخيارات المتعلقة بالمواد التي تصنعه، كالزجاج والمعدن والأكريليك.

بين جاذبيّة الشكل والاستخدام العملي

يقوم الكونسول بوظائف عدة، منها: الفصل بين قسمَي صالة الاستقبال المفتوحة، من دون حجبهما عن بعضهما البعض للجالس في أحدهما. أمّا في غرف النوم الرئيسة في المنزل، فقد يغني استخدام الكونسول عن التسريحة التي تتخذ مساحة أكبر في الحيّز. وفي غرفة الطعام، يبدو الكونسول قطعة متحرّكة مساعدة للبوفيه في أمور الضيافة. أضف إلى ذلك، يحضر الكونسول العصري في الحمّام، لغرض توفير مساحة للتخزين. في هذه الحالة، يدمج بالكونسول كلّ من حوض الغسل والأدراج.

(الصور من شركة آرت ديكو ديزاين)



الجماليات

مفهوم الجمال نسبيّ من شخص إلى آخر؛ ففي بعض الأحيان، يمثّل الكونسول نقطة محوريّة في الديكور، أمّا في أحيان أخرى فهو يتطلّب وجود عناصر تبرزه، كلوحة فنّية أو مرآة ضخمة أو آنية نحاسيّة أو مجموعة من الأنتيكات...

من جهةٍ ثانيةٍ، تُساهم الألوان في إظهار جماليّة الكونسول؛ بعد أن كان الخشب الماهوجني الذي يمتاز بحمرته القاتمة، مستخدماً في تصميم الكونسول، أو كان يطلّ الأخير ملوّناً بالأسود أو بالأبيض أو بأي لون حيادي، ها هو الكونسول اليوم يُصمّم من مواد غير الخشب، منها: المعدن والرخام.

أضف إلى ذلك، تتمثّل حساسيّة المصمّم في دمج مفاهيم البساطة والحداثة والفخامة، بهذه القطعة، التي لم تعد تعبّر عن الجمود الكلاسيكي، حسب المصمم عفارة، الذي يشير إلى أن «الكونسول المودرن صغير الحجم، وقليل التفاصيل التصميميّة، ينسجم مع مساحة الشقّة الضيّقة، وهو قابل للتحريك من نقطة إلى أخرى». ويضيف أن «الكونسول حاضر في الأسلوب العصري، بغرفتَي النوم والمعيشة، وغيرهما من المساحات الداخلية في المنزل».


نبيه عفارة

توجهات الموضة

يُصمّم الكونسول بصورة ناعمة، فيبدو مفتوحاً في الجزء الأمامي منه، وفي الجانبين، كما لا يحمل الأدراج أو درفة للتخزين. قد يتضمّن التصميم المذكور مستويات عدة أو يكون عبارة عن رفّ جداري معلّق.

تكسو المرآة الجدار خلف الكونسول، مع ضرورة تخلّي المرآة عن الإطار الذي يحوط بها. بالمقابل، قد تظهر المرآة على هيئة مجموعة متواصلة من المُعيّنات (أو من الشرائح الطوليّة).

تدخل مادة الستانلس ستيل المطليّة بالذهبي في تصميم الكونسول الحديث.

تنسّق المساحة المحيطة بالكونسول عن طريق توزيع السلال والوسائد في الأسفل.

يمكن الاكتفاء بحضور تحفة فنية كبيرة الحجم أو آنية مليئة بالورود، على سطح الكونسول.

تنسيق الكونسول:

أوّلاً: تحديد نقطة جذب خلف الكونسول، وغالباً ما تكون مرآة أو لوحة فنية معلقة على الحائط أو مستندة إليه.

ثانياً: اختيار تحف فنيّة تتمتع بمستويات وارتفاعات مختلفة، لخلق توازن بصري جميل كتوزيع بعض الشموع على الكتب.

ثالثاً: طريقة وضع التحف الفنية على الكونسول تكون على هيئة مجموعات متماثلة أو العكس.

رابعاً: اختيار خامات عدة، كالزجاج والمعدن والخشب، للتحف الموزّعة على سطح الكونسول.

خامساً: تضاف الزهور والشجيرات الصغيرة والشموع والفوّاحات العطريّة إلى محيط الكونسول.

النسخة الخامسة من أسبوع مسك للفنون
معرض حافل بالإلهام والإبداع

احتضنت صالة الأمير فيصل بن فهد للفنون في الرياض النسخة الخامسة من «أسبوع مسك للفنون» خلال الفترة من 1-5 ديسمبر 2021، وقد نجح المعرض الذي نظمه معهد مسك للفنون التابع لمؤسسة محمد بن سلمان (مسك الخيرية) في استقطاب أشهر وأهم الفنانين وأصحاب التجارب المبدعة في جميع أنواع الفنون، من رسامين ونحاتين وتشكيليين وفنون أدائية وعزف موسيقي. التقت «سيدتي» مجموعة من الفنانين والفنانات المشاركات في أسبوع مسك للفنون وخرجت بالآتي:

الرياض | **محمود الديب Mahmoud Aldeep**
الصور من «مسك» | **سعد الدوسري Saad Aldossri**

معرض «هنا الآن»

تحت عنوان «تكوين» قدم أسبوع مسك للفنون محتوى فنياً ثرياً ومُحفزاً للحركة الفنية والفكرية والنقاشات الثقافية في المنطقة، وكان من أبرز المعارض الفنية معرض (هنا، الآن)، والذي حاول استكشاف المساحة بين عمل الفنان الظاهري وغايته الضمنية، وإبراز مختلف العلاقات الكامنة بين الفنان وأعماله، والتأثير المبهم الذي قد يولِّده الجمع بين مختلف الأعمال الفنية. ووفر المعرض فرصة للتحاور بين الفنانين العالميين والمواهب السعودية مثل يوسف جاها، وفلوة ناظر، وتضمن المعرض مجموعة كبيرة من الأعمال الفنية المختلفة والمتنوعة ما بين اللوحات والمنسوجات والمنحوتات والتركيبات الفنية والأعمال الرقمية. وصاحب المعرض حلقات نقاش وورش عمل وجلسات للاستماع والتفاعل مع الفنانين المشاركين والقيّم الفني للمعرض ساشا كرادوك، وهي إحدى أشهر الكُتاب والنقاد البريطانيين في العالم وعضوة مجلس آبي وأحد مؤسسي جائزة الفن المعاصر في المدرسة البريطانية في روما وعضوة مجلس أمناء (شيلا كلويت ترست)، وبالتعاون مع القيّمين الفنيين المساعدين في معهد مسك للفنون، وهم علياء أحمد آل سعود، ونورة القصيبي، إضافة إلى مشاركة فنانين سعوديين عالميين مثل الفنانة منال الضويان وسامي علي الحسين ويوسف جاها، والفنانة الأمريكية شيلا هيكس، والتايلاندية بيارات بيابونغويوات والفنان السوداني صلاح المُر والفنان الهندي فاسوديفان أكيثام والكورية يونغ إن هونغ.

معرض قيد الإنشاء

شارك في هذا المعرض الفنانون الحاصلون على منحة مسك؛ حيث تم عرض أعمال مبتكرة عكست تجاربهم وإدراكهم لتطور العولمة والبدء في تبني تقنيات وبنى تحتية جديدة إلى تغييرات هيكلية وثقافية جذرية، مع الاستمرار في التعلم والنمو والانصياع للتطورات السريعة.

تحويل اللغة إلى صور سريالية

التقت «سيدتي» الفنان **عبيد الصافي**، الحاصل على منحة مسك للفنون، والمشارك بعرض فني فريد من نوعه وأبهر الزوار، وقد عبر عن سعادته بتقديم عمل فني يعتمد على اللغة، باعتبار أن اللغة حالة تفكير تعكس وجدان الإنسان، وحمل العمل المقدم عنوان «ما وراء اللغة»، وهو تشكيل بصري لقصيدة تحية إلى سيد البيد وهو ترجمة لقصيدة الشاعر محمد الثبيتي من خلال تحويل القصيدة إلى صور سريالية من خلال الذكاء الاصطناعي، فالقصيدة كائن حي ومتجدد، ونجح العرض في تحويل القصيدة إلى صور مرئية للتعايش معها والتفاعل معها بكامل الحواس.
وعن مشاركته في المعرض قال إنه سعيد جداً بمشاركته مع أسبوع مسك بفعالية (قيد الإنشاء)، فالسعودية بحاجة إلى مثل هذا الحراك الفني والفكري والثقافي، والذي تحدثه مسك للفنون لدعم المشهد الثقافي السعودي والعربي ويسهم في الارتقاء به، وأضاف: «ممنون جداً لمشاركتي، فقد منحتني فرصة الاستغراق في البحث الفني والتفكير في مشاريع فنية كبرى والحصول على الدعم المقدم من مسك للفنون. فمن أهم المزايا التي تقدمها منحة مسك علاوة على الدعم الفني، التوجيه وكيفية بلورة وصياغة الفكرة الفنية بشكل مبتكر ومبدع، وقادر على الجذب والتشويق، وتوفير بيئة فنية وحوارات مع الفنانين وتوجيه القيّمين الفنين، وبفضل هذا التوجيه نجحت العروض في إدهاش الزوار وقد لمست ذلك خلال محاوراتي وفي عيون الناس. كما أن منحة مسك تعد دليلاً واضحاً على أن المقياس الحقيقي لتقدم وتطور البشر هو نتاجها الفني والإبداعي، ووقتنا الراهن الذي نعيشه الآن هو فرصة مواتية؛ للتعبير عن كل أفكارنا الفنية وهواجسنا، فقط علينا أن نؤمن بقدراتنا ونطور من أدواتنا الفنية بشكل مستمر في ظل دعم ومساندة مسك للفنون».

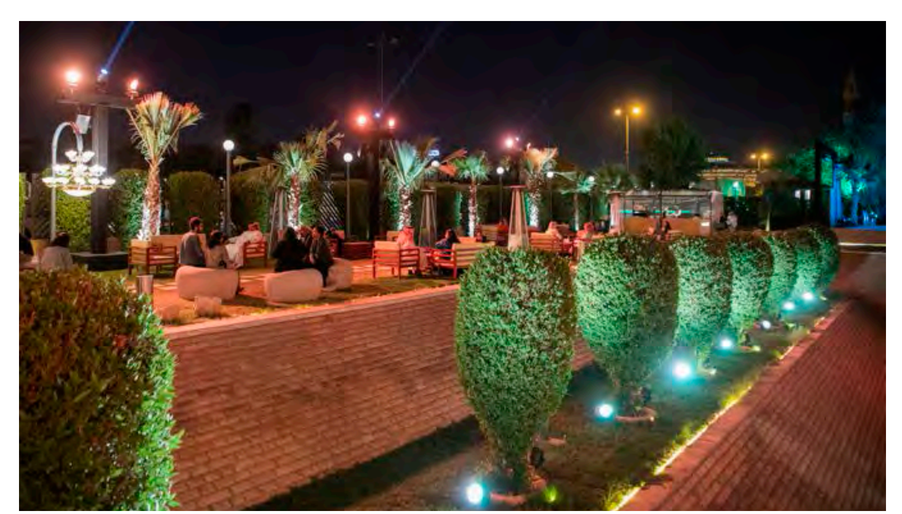
منمنمات الوجود

أشارت الفنانة **زينب أبو حسين** من الفنانين المشاركين في المعرض والحاصلين على «إقامة مساحة» من مسك للفنون، إلى أن الإقامة الفنية تعد من أوائل البرامج الفنية التي لا مثيل لها في السعودية، ويُحسب لمؤسسة مسك أنها من أوائل المؤسسات التي اهتمت بهذا النوع من البرامج المتخصصة لدعم الفنانين المحليين، وتعريفهم بالتجارب الفنية العالمية والحركة الفنية. وتابعت: «تأتي مشاركتي خلال المعرض تحت عنوان (الوطن:



من جلسات مسك الحوارية

عبيد الصافي: نجحت العروض في إدهاش الزوار وقد لمست ذلك خلال محاوراتي وفي عيون الناس





من فعاليات أسبوع مسك


فرقة موسيقية مشاركة في أسبوع مسك


زينب أبو حسين


الفنان عبيد الصافي


الفنانة راما الحسيني

الوجود والانتماء)، فكل فنان عبر بأسلوبه الخاص وأدواته الخاصة عن هذا الموضوع، واخترت فن الزخرفة والمنمنمات كأسلوب أعبر به عن نفسي وعن انتمائي ووجودي، وعنوان عملي المشارك في المعرض «إشراقة الذكريات»، وهو عبارة عن أكريليك وأوراق مذهبة على كانفاس. وحاولت من خلال العمل توضيح فنون الزخرفة والمنمنمات كمفردات فنية تعبر عن كل الثقل الثقافي في داخلي، وحاولت البحث عن هويتي وانتمائي ومكاني وهويتي الفنية، وكان تفاعل الزوار مبهجاً جداً ومن الجميل أن يرى الفنان تفاعل المتلقي مع العمل الفني وعلامات الدهشة في أعينهم وفضولهم لمعرفة عناصر العمل وحكاية العمل وطريقة إنتاجه، وكان من الجميل تعرف المتلقين لعناصر الفن الشرقي الأصيل إلى لوحتي الفنية. أشعر بمشاعر مختلطة تتراوح بين الفخر بإنتاج العمل الفني مع مشاعر الامتنان والعرفان لمؤسسة مسك الخيرية؛ لإتاحتها مثل هذا البرنامج المثري لتجربتي الفنية».

منحوتات الوعي

أوضحت الفنانة التشكيلية **راما الحسيني** أن أعمالها التي تشارك بها حاولت من خلالها تجسيد مراحل الحياة التي يمر بها كل منا، إلا أن هذا الانتقال يتطلب المرور بلحظة انتباه تبدأ معها لحظة التغيير في الحياة، ولحظة الانتباه هذه قد تحدث بوعي ومن دون وعي من الإنسان، لكنها تعد لحظة مصيرية للانتقال من مرحلة السكون إلى مرحلة الرقي الفكري والعقلانية في الحياة.

واستطردت قائلة: «أود أن أشكر مؤسسة مسك على تنظيم هذه الفعالية المتميزة جداً، فمشاركتي كانت عبارة عن أعمال نحتية أشارك بها للمرة الأولى على الرغم من أني رسامة، وكان وراء هذا التجديد وتلك النقلة الفنية في حياتي دعم مسك وما قدمتها لي، فعن طريق منحي «الإقامة الفنية» استطعت أن أبدأ تجاربي النحتية، وكان لهذا أثر كبير في تطوير فني وتجريب فنون أخرى من الفن. وأسعدني جداً تفاعل الزوار ومتذوقي الفن مع المنحوتات التي أشارك بها في المعرض، واستفدت كثيراً من ملاحظات الزوار والتي تدل على وعي وتذوق فني عال، وشعرت بأن الفكرة التي أردت إيصالها من خلال النحت وصلت إلى الملتقى، وكان في مقدمه ما استهدفه هو إطلاق حوار عن موضوع الصراع النفسي داخل النفس البشرية والذي حاولت تجسيده».

الجلسات الحوارية

من أكثر ما تميز به أسبوع مسك الفنون استضافته لجلسات حوارية متميزة على المستوى المحلي والعالمي، فقد ضمت العديد من الفنانين والخبراء على المستوى العالمي، وكان من بينها جلسة حوارية بعنوان (الحنين الرقمي) شارك فيها كل من بيير فوتول وجيهان تشو وإلياس السويدي وأدارتها مارني بيني.
وجلسة حوارية حملت عنوان (رأس المال الثقافي للريادة الفنية) أدارتها وفاء بلقاسم وشارك فيها، دانا فاروقي، وسوزان سيكورسكي، وبندر الوزان.
وأدار عاذ العوفي جلسة «فن بهدف الفن، أم لا» وبمشاركة عفراء الظاهري. وشارك في جلسة (الإنسان في صميم الفن والتصميم والعمارة) كل من إبراهيم جوهرجي والدكتورة عفت فدعق وإنغين أيام، وأدار الجلسة علياء داود.
وأدار حوار جلسة (القافلة التطويرية للفنون والتصميم والعمارة السعودية) نواف النصار، وشارك فيها الأميرة نورة الفيصل والدكتورة إيمان الجبرين وسمية الدباغ. إضافة إلى إقامة المنتدى الإبداعي لعدد من الحوارات التي تطرقت لمقامات الهوية لإثراء المحتوى الإبداعي، وتوفير مساحات للإلهام وبمشاركة العديد من الفنانين العالميين ومن أبرزهم بيير فوترل وسيمون نجامي ومارني بيني وسو فوجيموتو وبورفيريو جوتيريز وإنغين أياز وغيرهم. وقد تم تقديم كل من الجلسات الحوارية للمنتدى الإبداعي حضورياً وافتراضياً؛ حتى يتمكن جميع الراغبين في الحضور والاستفادة من النقاشات الفنية المتخصصة.



مكتبة الفن

اختتم أسبوع مسك للفنون باستضافة صالون مكتبة الفن والذي يوصف بأنه ملتقى عشاق الأدب والفن، بتنظيم أمسية حافلة بالحوارات والنقاشات وإطلاق مجلدين جديدين من مجموعة مكتبة الفن، للفنانة السعودية لولوة الحمود والراحل رافع الناصري، وقامت نادين خليل بقراءة كتاب (دلالات عالمية) للفنانة لولوة الحمود. وكانت الأمسية بمثابة إبحار في عوالم الكاتبين لاستكشاف مسيرتهما وفلسفتهما الفنية ورؤاهما.
وعبرت الفنانة **لولوة الحمود** لـ «سيدتي» عن سعادتها البالغة بصدور هذا الكتاب القيّم، عن أحد أهم المؤسسات الفنية والثقافية في المملكة العربية السعودية وضمن أحد أبرز الفعاليات الفنية (أسبوع مسك للفنون)، وقالت: «شرف كبير لي أن تقوم «مسك» بتأليف هذا الكتاب الذي حاول رصد رحلتي الفنية وشرح أسلوبي الفني من بداياتي وحتى الآن، والكتاب صادر عن دار ريزولي العالمية للنشر، ومن دون شك يمثل الكتاب مشروعاً مهماً لسد فراغ كبير بالنسبة للمراجع الخاصة بالفن التشكيلي في المملكة العربية السعودية والوطن العربي. ويشرح الكتاب ويُفصل آراء نقاد من بريطانيا مثل فينيشا بورتر من المتحف البريطاني، إضافة إلى مشاركة الدكتور خالد عزام بكتابة مقدمة الكتاب، ومجموعة من النقاد من أبرزهم نادين الخليل، وهي كاتبة لبنانية متخصصة بالفن، قامت بتحليل أعمالي من خلال دراسة تحليلية خلصت من خلالها إلى أنها تجمع ما بين الخط والأشكال الهندسية، فيما تحدثت عالية السنوسي الأكاديمية والمستشارة الفنية عن تطوري الفني منذ الطفولة وحتى الوقت الراهن، وتأثير العائلة وانتقالي إلى بريطانيا، وما أحدثه هذا الانتقال من تحول فني كبير في حياتي، ومشاركتي في أول معرض فني في بريطانيا في العام 2008 م بمشاركة مجموعة من الفنانين السعوديين».



لولوة الحمود



من المعارض الفنية في أسبوع مسك للفنون

على أبواب المدارس

عبد الله الدامون Abdullah damoun
كاتب وإعلامي مغربي
damounus@yahoo.com



تمر الأيام سريعاً، ليس كقطار عادي، بل كقطار فائق السرعة، فنجد أن المدارس التي كنا نكاد نحبو فيها، يتعلم فيها أبناؤنا وهم يفوقوننا طولاً وجرأة. وهذا أكثر ما يبهج القلب، رغم مضي العمر وانصرام السنين.

أمرّ كثيراً من أماكن عشت فيها طفولة عجيبة، أراها اليوم وكأني كنت فيها أمس، لكن شتان ما بين تلك الأيام الجميلة المبهجة، واتساع الأفق ورحابة القلوب، وبين ما نراه اليوم من تشنج في كل مكان، حتى بين الصدور.

قبل أيام عدت إلى مدرسة ثانوية أمضيت فيها سبع سنوات كاملة من العمر، قبل الانتقال إلى الجامعة، وتذكرت كيف كنا يومها نتمنى لو أن الزمن يطول بنا في أقسامها وردهاتها. كانت بيتاً حقيقياً لنا. فيها كتبت أول سيناريو مسرحي، وفوق خشبتها أديت أول دور تمثيلي، وبين جنباتها الكثيرة، مارسنا أيضاً الكثير من الشغب. كانت بمثابة حياة كاملة بالنسبة لنا.

عدت اليوم إلى الثانوية أباً لأبنائي، ولم أجد في المكان غير الذكريات. أساتذتنا اختفوا ما بين التقاعد والمرض والموت، وملامح المكان صارت باهتة، وبدت ذكرياتي في المكان كطير تائه يبحث عن غصن للاستراحة.

في زمننا كنا ننتمي لمختلف حارات المدينة، فينا الفقير والغني والمتوسط وما بين ذلك، لكننا لم نكن نشعر بأي تفاوت بين الجميع، الأقسام الدراسية كانت توحدنا جميعاً، ويتصادق الجميع مع الجميع، وفي النهاية يذهب 99 في المائة منا مشياً نحو منازلهم القريبة أو البعيدة، بينما أقل من القلة يجدون سيارة في انتظارهم.

لا أقول إن الأوضاع تغيرت اليوم، بل أقول إنها مُسخت، فكلما وقفت أمام الثانوية التي درست بها مراهقاً وشاباً يافعاً أرى أولاداً يصلون بسياراتهم الشخصية حتى باب المدرسة، وكثيرون توصلهم سيارة الأب أو الأم، والطرقات في كل صباح ملأى بسيارات من كل الأشكال، وهي تطلق نفيرها على بعضها البعض وكأنها في يوم حشر، بينما يتلاعب السائقون بالقوانين والأعراف كأنها لم توجد يوماً.

كثير من هذه السيارات يركبها تلاميذ يسكنون على مرمى حجر من مدرستهم، وكثير من الآباء يعطون، كل صباح، مثالاً مقززاً لأبنائهم وللآخرين عما ينبغي أن تكون عليه القدوة عبر تطبيق نظرية "أنا.. ومن بعدي الطوفان".

في كل هذا الطوفان أجد سيارات فارهة أكثر من اللازم، في الغالب تسوقها أمهات يتدربن على السياقة. يعتقدن أنفسهن محظوظات؛ لأن الآباء يفضلون أن توصل الأم الأبناء إلى المدرسة كل صباح وتعيدهم للبيت كل مساء، فصار في كل بيت سيارتان على الأقل، واحدة للأب وواحدة للأم. وأحيانا سيارات أخرى للأبناء.

يمكن أن أفهم تخصيص سيارة للأم، أما شراء سيارات للأبناء فهذه ظاهرة مخزية يجب أن يحاسب عليها الآباء وليس الأبناء. بسبب ذلك صار الكثير من الأبناء يكرّسون طبقية غير مسبوقة في مدارسنا، وبسببهم تزداد الأحقاد الاجتماعية والمنافسة المريضة، وفي أكثر من مرة شاهدت تلاميذ يمارسون سباقات "رالي" قرب أبواب الثانويات ويعرضون حياة زملائهم لخطر كبير، وصارت الدراسة الآمنة حلماً من الماضي!



بينالي الدرعية...



فنون المملكة والعالم

- ١١ ديسمبر ٢٠٢١ إلى ١١ مارس ٢٠٢٢
- ١١ صباحاً إلى ١١ مساءً
- حي جاكس، الدرعية، الرياض

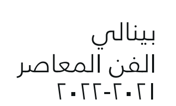
أنت مدعو لاستكشاف بعض من أروع إنتاجات الفن المعاصر من المملكة ومختلف أنحاء العالم. تقام الدورة الأولى من بينالي الدرعية للفن المعاصر تحت عنوان **"تتبُّع الحجارة"**، بتنسيق القيم الفني فيليب تيناري وبمشاركة ما يقارب ٧٠ فناناً محلياً وعالمياً.

سيكون هذا الحدث مساهمة نوعية مميزة في مسيرة تحقيق تطلعات رؤية المملكة ٢٠٣٠، وذلك من خلال خلق علاقة وثيقة بين المشهد الفني في المملكة والعالم.

ستكون بانتظارك العديد من الفعاليات المصاحبة، مثل العروض الحية، والنقاشات، والورش الفنية التي صممت لتلهم أفكارك، وتغير مفاهيمك، ولتكون تجربتك لهذا الحدث ممتعة ومميزة وفريدة من نوعها.

بادر بتسجيل حضورك على biennale.org.sa









في موسم الرياض قرية زمان الشعبية..
آباءٌ وأبناء يستمتعون بحضارة الأجداد



يعيش زوَّار قرية زمان، إحدى فعاليات موسم الرياض 2021، أجمل الأوقات في الحارات الشعبية التي تنتشر في الأرجاء، وتقدم أنشطةً مختلفة، ترضي كافة الأذواق. وتنقل هذه الحارات للأطفال وآبائهم جزءاً من الحياة القديمة التي كان الأجداد يعيشونها في الماضي، حيث يجدون فيها البيوت الطينية، ويستمتعون بالعروض المتجولة، والأكلات الشعبية، والمشروبات اللذيذة. وقد انطلقت عروض قرية زمان في 3 نوفمبر الجاري، وتستمر حتى 2 يناير المقبل، وسط حضورٍ غفير، تشهده القرية يومياً من مختلف الأعمار والشرائح المجتمعية. «سيدتي» تجوَّلت في أرجاء القرية، والتقت عدداً من المشرفين وأصحاب الأركان، وسألتهم عن المنتجات التي يقدمونها في المهرجان التراثي.

الرياض | **يارا طاهر Yara Taher**
تصوير: **عبد العزيز النومان Abdulaziz Alnoman**

أركان المهرجان

يقدِّم المهرجان الترفيهي التراثي أنشطةً متنوعة، من أشهرها العروض المتجوِّلة، حيث يرتدي العارضون الأزياء الشعبية، ويرددون أغنياتٍ وأهازيج قديمة، بالترافق مع أداء الرقصات التراثية الشهيرة في السعودية.

كذلك تضمُّ قرية زمان 12 متجراً تحت مسمَّى «دكاكين»، و30 مطعماً ومقهى، تقدِّم أشهى المأكولات وأطيب المشروبات بمسمَّى «الميدان»، وهناك أيضاً «سينما الطيبين»، التي تعرض ثلاثة أعمالٍ كل أسبوع، ومنطقة الخوص التي تتضمَّن سبع مناطق للحرفين، يعرِّفون فيها الزوَّار إلى كيفية صناعة الصابون، وبيوت الطين، إضافةً إلى الأشغال التراثية، وصناعة الألعاب اليدوية، والسعف، والسبح، والكروشيه، ومنطقة التكية التي تشتهر فيها ثلاثة مطاعم، ومسرح يسمَّى «أنتل الطيبين»، ومنطقة الحوش حيث الحارة القديمة، و«اللعابيب»، و«السافية».

مجسمات تراثية

بداية أثنى **عبد الله العمير**، مصمم مجسَّمات تراثية، على إتاحة الفرصة له للمشاركة في موسم الرياض، إذ استطاع عبر هذه الخطوة تحقيق جزءٍ من طموحاته بعرض منتجاته لأكبر عددٍ من الناس، كاشفاً عن أنه يعمل في هذه الحرفة منذ 15 عاماً، وقد شارك بها في مهرجاناتٍ محلية، منها «الجنادرية» على مدى ستة أعوام.

وأوضح أنه لمس خلال مشاركته في الموسم رغبةً كبيرة لدى كثيرٍ من الزوَّار، من الكبار والصغار، في التعرُّف إلى المجسَّمات، ونوعية العناصر التي تتشكَّل منها، وإن كانت تنقل حقاً جزءاً من حياة الأجداد في الماضي، مشيداً باهتمام موسم الرياض بالحرفيين، وإتاحة المجال أمامهم لعرض إبداعاتهم.

وعن كيفية صناعة هذه المجسَّمات، قال العمير: «أقوم برحلاتٍ لمختلف مناطق البلاد، حيث أصوِّر البيوت القديمة والمتهالكة، والأبنية التراثية، مثل المصمك، وأجسِّدها فيما بعد عبر مجسَّمات صغيرة، سهلة التداول، وعادةً ما أبيع منتجاتي للمتاحف الموجودة في الرياض، وأوثِّق كذلك أساليب الزراعة القديمة، وأخطِّط بعد الخبرة الكبيرة التي اكتسبتها لصناعة مجالس تراثية كبيرة». مضيفاً: «أشارك في قرية زمان بمجسَّمَين، وقد ألهمتني مشاركتي في موسم الرياض، التي بدأت قبل أسبوعين، لتنفيذ 15 مجسَّماً جديداً».

الأعمال اليدوية

بينما يشارك **عبد الله القحطاني** في قرية زمان، حسبما أوضح لنا، بمنتجاتٍ من الأعمال اليدوية. وكشف عن أن والدته، تقوم


لقطة عامة للبيوت المشاركة في قرية زمان


العزف الحي في قرية زمان

بأعمال التطريز والخياطة اليدوية بشكلٍ مباشر أمام الزوَّار، وتهتمُّ في المنتجات التي تقدمها بأن تتضمَّن عناصر تراثية، مثل النقوش على البيز، والجلسات، مؤكداً اهتمام الزوَّار بمثل هذه الأعمال، إذ يجدون إقبالاً كبيراً على اقتنائها.

تجربة مختلفة

وعرَّفنا **عبد الله عامر**، صاحب متجر «حرف العود» المختص في تقديم العود الطبيعي والصناعي والمحسَّن، بمنتجه قائلاً: «العود من أساسيات الضيافة في السعودية، إذ يعطي انطباعاً عن الكرم، لذا نقدم في متجرنا كافة أنواع العود، خاصةً الطبيعي، وهو الأغلى والأعلى جودةً لصعوبة إيجاده، وهناك العود المحسَّن مزيجٌ من العجينة والطبيعي، ويجد إقبالاً عالياً على الرغم من أنه أقل جودة، كما نقدم العود المصنَّع». وأضاف: «كل مَن يزور المهرجان، ويمرُّ بمتجرنا، يخوض تجربةً مختلفة كلياً عما عاشه سابقاً، حيث يتعرَّف إلى مباخر الأجداد، وأنواع العود التي كانوا يستخدمونها».

أحذية شرقية

ويعرض **خالد العضيب**، الشريك في متجر «أحذية مصقال»، في ركنه أحذيةً شرقية بتصميمٍ عصري، وسديريات بلمسةٍ متميزة من الجوخ المبطَّن بالفرو لنعومةٍ وتدفئةٍ أكثر، خاصةً في هذه


خالد العضيب

الأجواء، إضافةً إلى منتجاتٍ بلونين مختلفين لأكثر من استخدام. وحول مشاركته في موسم الرياض قال خالد: «أعرض في ركني أحذيةً من الجلد الطبيعي، تُصنع محلياً، وتُطرَّز يدوياً بآلات صغيرة، إضافةً إلى السدو، حيث أنقل للزوَّار جزءاً من ثقافتنا الأصيلة، وأحرص على تقديم منتجاتٍ ذات ألوان مختلفة لإرضاء جميع الأذواق، وأنتقيها من أجود الخامات». مضيفاً: «أجد إقبالاً جيداً على الزبيرية القديمة التي تُصنع من الجلد الطبيعي، إذ إنها مريحة جداً، وألقى ثناءً كبيراً من الجميع على تقديمي الموروث السعودي بشكلٍ عصري».

مشروبات شعبية

ورأت **لمياء الرميح**، من مقهى «سعفة» المختص بتجديد المذاق السعودي، أن «موسم الرياض أعاد النشاط لعديد من المشروعات بعد أزمة كورونا، وهذا ينطبق علينا في مقهى سعفة، الذي نهتمُّ فيه بالهوية التراثية والمذاق القديم عبر تقديم مشروباتٍ وحلوياتٍ شعبية بطريقةٍ عصرية، تعيدنا إلى جذورنا الأصيلة، وتعرِّف العالم بتراثنا». وأوضحت أنهم دشنوا المشروع عام 2018. وحول طبيعة مشاركتهم في موسم الرياض، قالت الرميح: «نقدم في سعفة القهوة العربية الأصيلة، التي تجد رواجاً كبيراً، إضافةً إلى الكليجا القصيمية بشكل الكيك، والحلويات لا سيما القديمة، مثل كيكة التمر المحبوبة، والكعك بنكهة حلاوة البقر، وقرص العقيلي، ومنتجات التمر ذات النكهات التراثية اللذيذة».

حقائب تراثية

بينما يقدم **عبد الرحمن خيبري** عبر براند «الأثير» عديداً من المنتجات التراثية، خاصةً الألبسة والحقائب، التي يُقبل على اقتنائها كثيرٌ من الزوَّار كذكرى من قرية زمان. وعن مشاركته في الفعالية، قال خيبري: «أقدِّم في ركني حقائب من السدو، مستفيداً من دخول السعودية قائمة يونسكو في هذا المنتج، إضافةً إلى منتجاتٍ ذات طرازٍ قديمٍ وحديث، وأستخدم في حقائبي النوع الأكثر نعومةً من السدو، إلى جانب حقائب الخوص المصنوعة من النخل». مضيفاً: «جد إقبالاً جيداً على منتجاتي، إذ تتميز بشكلها الجمالي المناسب للمشاوير اليومية، وخامتها الجيدة».

ألعاب قديمة

أما **فارس باقيس**، العضو في فرقة شعبية متجوِّلة، فيحيي مع زملائه في الفرقة التراث السعودي الأصيل، حيث يعيدون الزوَّار بعروضهم المتنوعة إلى الماضي الجميل، كما يقدمون ألعاباً قديمة، مثل «الخطة» التي تقوم على رمي الحجر والقفز على مربعات مرسومة بالطباشير، والكيرم. وعن أصداء مشاركتهم في قرية زمان، قال فارس: «الجميع يشاركنا اللعب بعد تعريفهم بكيفية ممارسة لعبةٍ قديمةٍ معيَّنة وسط أجواءٍ من المرح والضحك، كما نؤدي جميعاً الأهازيج الشعبية».

العرضة السعودية

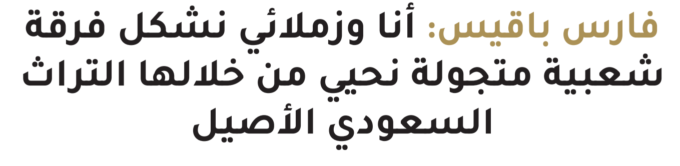
ومن الزوَّار، أكد لنا الطفل **خالد البيشان**، الذي يبلغ من العمر سبع سنوات، أنه يحرص في كل زيارةٍ له إلى قرية زمان على ارتداء الزي الشعبي السعودي المتمثل في الشماغ والثوب حتى يواكب أجواء المكان التراثية. وتحدَّث خالد عن الفعاليات التي أعجبته في القرية قائلاً: «أحببت العرضة السعودية، التي يتم تقديمها بشكلٍ

تركي بن حبتر: تطبيق «سبلفت»، منصة سعودية لممارسة الهوايات والحرف والتجارب والاستكشاف والفنون

حي، وأعجبتني الألعاب القديمة، مثل الكيرم، التي ألعبها في البيت، والقفز فوق الحبل، وفيما يخصُّ الأطعمة والمشروبات، تناولت في القرية الآيس كريم، الذي يتم صنعه على الطريقة القديمة، ووجدته لذيذاً، والشوكولاتة، وشدَّتني كثيراً الأطعمة الشعبية، مثل البليلة، والقرصان، والجريش».

منصة للتجارب والمغامرات

وحدَّثنا **تركي بن حبتر**، من تطبيق «سبلفت»، منصةٌ سعوديةٌ لممارسة الهوايات والحرف والتجارب والمغامرات والاستكشاف والفنون، عن نوعية الخدمة التي يقدمونها، مبيناً أنهم يخدمون عن طريق تطبيقهم جميع الفئات من الرجال والنساء والأطفال عبر أكثر من 2000 تجربة، تستهدف نحو 800 هواية، تقام في 19 مدينةً بالسعودية، موضحاً أنهم يحققون دخلاً جيداً عبر احتضان مجموعاتٍ متنوعة، منها مجموعة الاستفادة من إسطبلات الخيل. وحول الأنشطة التي يقدمونها في موسم الرياض، قال تركي: «نقوم في موسم الرياض بتفعيل التطبيق للزوَّار لخوض أمتع التجارب سواءً عن بُعد، أو مباشرةً بزيارة مكان الفعالية المستهدفة، ويبرز من الأنشطة الحركية التي نقيمها الفروسية والرماية، وتسلُّق الجبال، والطيران الشراعي، ورحلات المشي والاستكشاف، ومن الأنشطة غير الحركية الرسم وغيرها».



فارس باقيس: أنا وزملائي نشكل فرقة شعبية متجولة نحيي من خلالها التراث السعودي الأصيل

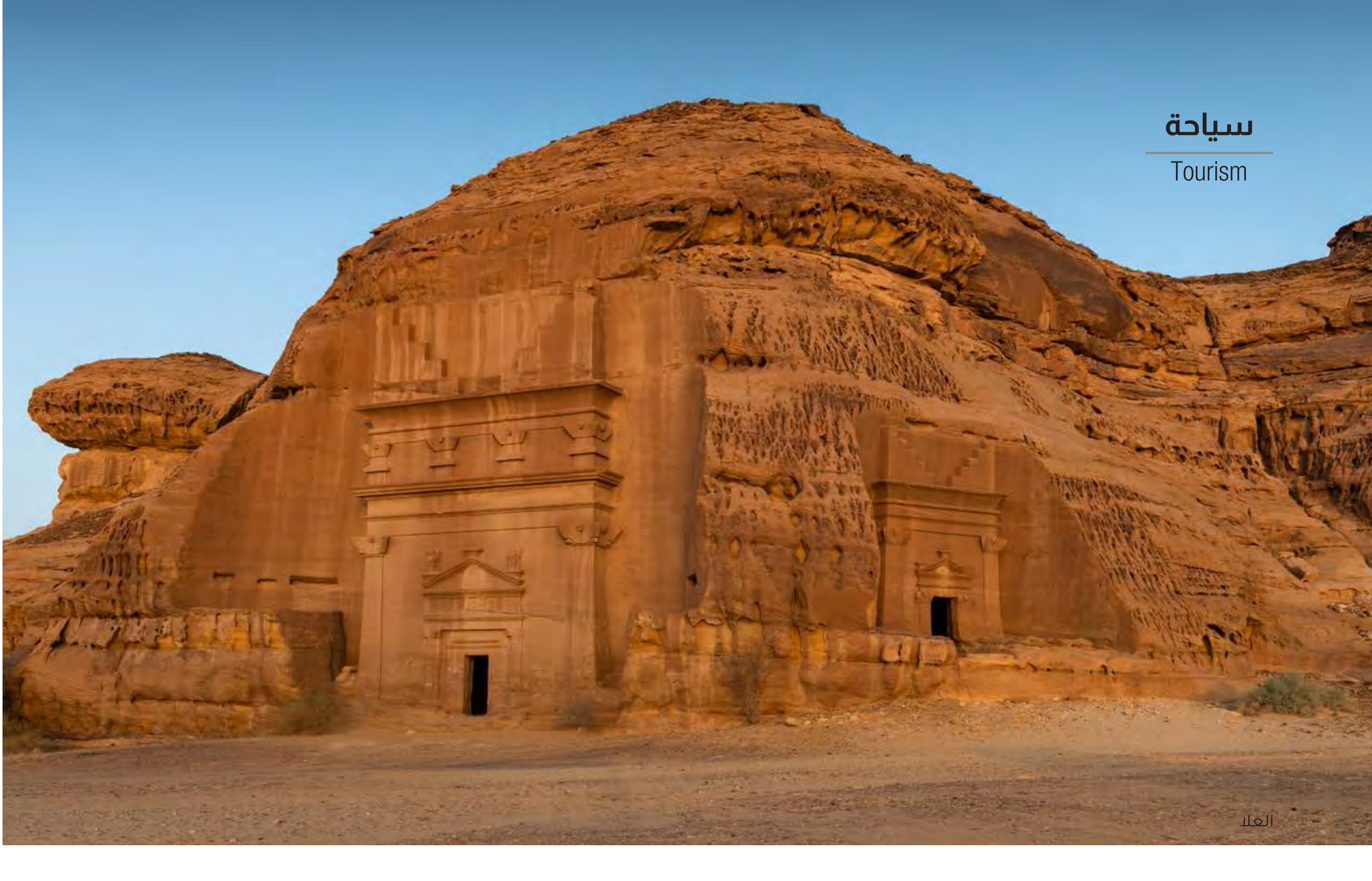

تركي بن حبتر



من الحرف المشاركة


فارس باقيس وفرقته الاستعراضية


خالد البيشان


العلا

السياحية الشتوية السعودية تنوع مدهش ووجهات فريدة

ينتظر الكثير من محبي فصل الشتاء في السعودية دخوله، للاستمتاع بـ«السياحة الشتوية» مع الأسرة والأصدقاء وسط الأجواء الباردة والممطرة والثلجية أيضاً. وتمتلك المملكة العربية السعودية العديد من وجهات السياحة الشتوية التي يقصدها الناس من أنحاء المملكة كافة والعالم أجمع. «سيدتي» تصحبكم في جولة لأهم الوجهات السياحية الشتوية الداخلية في السعودية.

جدة | **نسرين عمران Nesreen Omran**
المصادر | **الهيئة العامة للسياحة السعودية- وزارة السياحة**
الهيئة الملكية لمحافظة العلا

العلا.. الوجهة الشتوية الأهم

تتميز مدينة العلا بموقعها بين جبلين كبيرين على واد يتصف بتربته الخصبة، وهي تتبع لمنطقة المدينة المنورة، وتبعد عنها نحو 300 كيلو متر. وتعد العلا اليوم واحدة من أهم الوجهات السياحية الشتوية في المملكة؛ حيث تتميز إلى جانب موقعها المهم بمناخها البارد شتاءً، وطبيعتها الخلابة وتاريخها العريق، كما أنها من المناطق السعودية المسجلة على قائمة اليونسكو.
ووفقاً للهيئة الملكية لمحافظة العلا فإن تلك المدينة العريقة تستعد لاستقبال ضيوفها وزوارها الذين اعتادوا زيارتها في فصل الشتاء من كل عام بالعديد من الفعاليات والبرامج والأنشطة، لقضاء أمتع الأوقات والتعرف إلى تاريخها الذي يمتد لآلاف السنين.
ويعد شتاء طنطورة الذي يقام سنوياً في العلا بمثابة حدث سنوي يستقطب الزوار من داخل المملكة وخارجها بفعالياته المميزة، وأنشطته الترفيهية والثقافية والرياضية، إضافة إلى العروض المسرحية والموسيقية العالمية.
إلى جانب ذلك فإن العلا يحيط بها الجمال الطبيعي والآثار التاريخية التي تشهد على عظمة الإنسان وتطوره، ومن أهم الأماكن التي يمكن لزائر العلا مشاهدتها: مدائن صالح التي تعرف باسم الحجر، كما يمكنكم التعرف إلى مملكة دادن القديمة، وبلدة العلا القديمة

«الداير» بمنازلها التاريخية المبنية من الطوب واللبن على قواعد صخرية.


الباحة

الباحة.. الطبيعة الساحرة والغابات الغنّاء

تقع الباحة غربي السعودية وتعد من أهم مناطق الجذب السياحي في المملكة في الصيف والشتاء، ونظراً لموقعها - على ارتفاع 2500 متر فوق مستوى سطح البحر - فإن مناخها معتدل في الصيف وبارد شتاءً، لذلك نجد محبي الأجواء الباردة والفعاليات الشتوية يتوجهون لزيارتها في هذا الموسم تحديداً.

وفقاً للهيئة العامة للسياحة فإن الباحة تضم غابات الصنوبر التي يصل عددها لـ 40 غابة؛ حيث تتناغم مع ارتفاع الجبال في الجنوب، فيمكنك التنقل بالتلفريك ما بين جبال السراة التي يعانقها الضباب وبين سهول تهامة.

ومن الأماكن التي يرتادها السواح خلال فصل الشتاء في الباحة: «قرية ذي عين» الحجرية المبنية على عين ماء على قمة جبل، ويزيد عمرها على 400 سنة، وتتميز بتصميمها المعماري والهندسي المميز الذي يأخذك إلى العصور القديمة.

فيما تتربع «غابة رغدان» على أعلى قمة جبلية في الباحة، وتعد مكاناً مناسباً لمحبي التجوال عبر مسارات المشي المتنوعة، كما يمكنكم التخييم والشواء وسط الغابات الخضراء.


أملج

أملج.. مالديف السعودية

من منا لم يسمع عن جزر المالديف ذات الطبيعة الساحرة والأجواء الخلابة؟ ويمكنك الاستمتاع بأجواء المالديف في السعودية عند زيارة «أملج» ذات الشواطئ العذبة والرمال البيضاء والمياه الزرقاء الصافية.

وفي فصل الشتاء تتميز أملج بسحر شواطئها ومن بينها شاطئ «الدقم» الذي يوفر نشاطات سياحية ممتعة للزائرين كالمشي والتخييم وممارسة الرياضة.

وهناك أيضاً شاطئ «رأس الشبعان» الذي هو أشبه بالخليج من حيث تدرج عمق مياهه بشكل آمن لممارسة رياضة السباحة، ويوفر لزائريه أيضاً أنشطة ترفيهية من بينها الغوص والتخييم.

فيما يأخذك شاطئ «الغابايا» وهو أقدم شواطئ أملج، إلى تاريخها العريق عندما كانت تسمى «الحوراء»؛ حيث كانت معبراً مهماً يمر عليه حجاج بيت الله الحرام، ويضم الشاطئ آثاراً يعود تاريخها للعصر الروماني.


ينبع

ينبع.. وجهة سياحية حديثة

تعد ينبع من الوجهات السياحية الحديثة في السعودية التي يزورها العديد من محبي البحر والرياضات البحرية والتخييم والاسترخاء أيضاً، وفي فصل الشتاء يستمتع الزوار بالسياحة في مدينة ينبع؛ حيث المنتجعات الفاخرة والمتاحف البحرية ومراسي السفن واليخوت، التي يمكن استئجارها والإبحار بها بقلب المياه الصافية، وهناك نادٍ للفروسية، والعديد من الحدائق المزهرة الخلابة.

ومن الأماكن التي يمكنك زيارتها في ينبع: الواجهة البحرية، وهو شاطئ عام يمكن تصنيفه كواحد من أجمل شواطئ المملكة، وموقع من مواقع جذب السياحة في السعودية للعائلات.

وهناك أيضاً «جزيرة المحار» التي تضم اثنين من أجمل شواطئ المملكة، وهما شاطئ الشروق والغروب، اللذان يعدان من أبرز المعالم السياحية في المملكة، بفضل ما تتمتع به من استراحات ومظلات جلوس وأماكن للشواء وأخرى للتجوال والتنزه.


حقل

حقل.. شواطئ غاية في الجمال

تعد مدينة حقل منتجعاً سياحياً شتوياً لأهالي منطقة تبوك والمناطق المجاورة. وتتميز بموقعها الاستراتيجي أقصى شمالي المملكة وهي من أهم الوجهات السياحة الشتوية في السعودية، وتحاذيها صحراء السعودية وجبالها الشاهقة، وبالتالي فهي من أجمل أماكن سقوط الثلوج في فصل الشتاء.

ونتيجة لإطلالتها البانورامية على خليج البحر الأحمر، تضم عدة شواطئ غاية في الجمال والتي تتيح لمرتاديها ممارسة أنواع متعددة من الرياضات كالسباحة والصيد والغوص والاستمتاع بالشعاب المرجانية، ويمكنك زيارة السفينة اليونانية التي باتت مزاراً على شواطئ حقل منذ ربع قرن.

تبلغ مساحة مدينة حقل نحو 5000 كيلو متر مربع، وتمتاز بشواطئها الرملية البيضاء، وتحاذيها الصحاري ذات الطبيعة الخلابة، وتعانقها الجبال الشاهقة التي يكسوها بياض الثلج في فصل الشتاء ما يضفي عليها مزيداً من الروعة والجمال، والتي من بينها:

«جبل اللوز» الذي باتت الثلوج تتربع سنوياً على قمته خلال فصل الشتاء فنجده يكتسي وشاحاً أبيضَ يبهر الزوار بجماله الأخاذ، فنجد هواة الرحلات والمغامرات يقصدونه؛ حيث يمكنهم ممارسة التزلج على المسارات المغطاة بالثلوج، إضافة إلى التخييم وسط حقول الثلج.

الرياض.. قلب المملكة وتاريخها

تتمتع العاصمة السعودية الرياض بأجواء باردة خلال فصل الشتاء، ما يجعلها وجهة مثالية لما تحويه من تاريخ قديم وأماكن تراثية وحدائق مثالية لمن يبحث عن التنزه في الأجواء المفتوحة.

وفي الرياض يمكنك زيارة الدرعية؛ حيث صفاء المناخ الشتوي واعتداله لتستمتع بالواحات الخضراء فيها وبمناظرها الطبيعية الخلابة، وتستكشف معالم حي البجيري العريق الواقع على المُنحدر الغربي لضفة وادي حنيف، مع الانخراط في الأنشطة الثقافية والتاريخية المُقامة هُناك على الدوام، كما ستُتاح لك الفرصة لزيارة متنزه البجيري بشقيه والنافورة الراقصة والمُتنزهات الفرعية المُشتملة على مدن ألعاب وبحيرات للتماسيح، بجانب معالم الدرعية المُتنوعة، كسور قليقل، وأبراج الحسانية، وفيصل، وسمحة، والقصيرية، وأبراج المغيصيبي، وبالدخول إلى الدرعية القديمة فأمامك الكثير من المشاهد التاريخية، وعلى رأسها مسجد الإمام محمد بن عبد الوهاب.

وبلا شك هناك أيضاً جبل طويق، الذي يقف شامخاً وشاهداً على التاريخ بارتفاع يصل إلى 250 متراً، بتشكيلاته الصخرية المتموجة


الرياض


جدة

وكثبانه الرملية الناعمة التي تجعله من أفضل أماكن التخييم للتمتع بجمال الصحراء وسحرها.

جدة.. عروس البحر الأحمر

تتميز مدينة جدة بطقسها المعتدل خلال فصل الشتاء حيث الأمطار وانخفاض درجة الحرارة والنسمات الباردة خاصة في المساء. وتنفرد العروس بالعديد من المعالم السياحية التي تعد وجهة مثالية للزوار في الشتاء من بينها:

جدة التاريخية، والتي تم اعتمادها ضمن مواقع التراث العالمي عام 2014، وهناك أيضاً نافورة الملك فهد والمسجد العائم والعديد من المتاحف والأماكن الترفيهية إلى جانب المنتزهات والحدائق العامة. ولا يفوتنا ذكر كورنيش جدة وشرم أبحر، فهي من الوجهات المهمة لمحبي السباحة والرياضات البحرية والاسترخاء.


حائل

حائل.. شتاء ومغامرة

تقع مدينة حائل في وسط شمالي المملكة، بمنطقة جبل أجا، في قلبها تقع «بئر سماح» المشهورة بغزارة وعذوبة مياهها، وتمتد المدينة على شكل قوس حول جبل السمراء، وتشتهر بجبليها الشهيرين «أجا وسلمى»، وهي من المدن القديمة الضاربة في عمق التاريخ، حيث يوجد فيها العديد من الآثار والنقوش الثمودية. وتتمتع حائل بجو معتدل شتاءً وبطبيعة وردية خلابة.

ولمحبي الهواء الطلق والطبيعة يوفر متنزه الأمير سعود بن عبد المحسن، مسطحات خضراء وأشجار نخيل وأشجاراً منوعة، وتوجد فيه شلالات المياه العذبة والبحيرات. أما منتزه جبل السمراء فيعد الواجهة الأولى للسياح في حائل؛ لأن له تاريخاً عسكرياً، وتوجد في المنتزه آثار من العصر الحجري تسمى مصائد الغزلان.

وفي السنوات الأخيرة شهدت حائل نقلة نوعية في مجال السياحة، فبالإضافة للإرث والتاريخ والعراقة، جاء موسم حائل ليضفي البهجة والتنوع والإثراء السياحي للمنطقة.

فيما أضفى رالي حائل الدولي الذي يقام في صحراء النفود بالقرب من المدينة، التشويق والإثارة من خلال استضافته لأكبر بطولات الرالي في العالم.


جازان

جازان.. متعة السواحل الدافئة

تقع مدينة جازان في أقصى الجنوب الغربي للسعودية على ساحل البحر الأحمر، وتتميز بقراها التراثية المترامية من أعلى قمم الجبال لتصل بشكل منحدر للسواحل الدافئة شتاء.

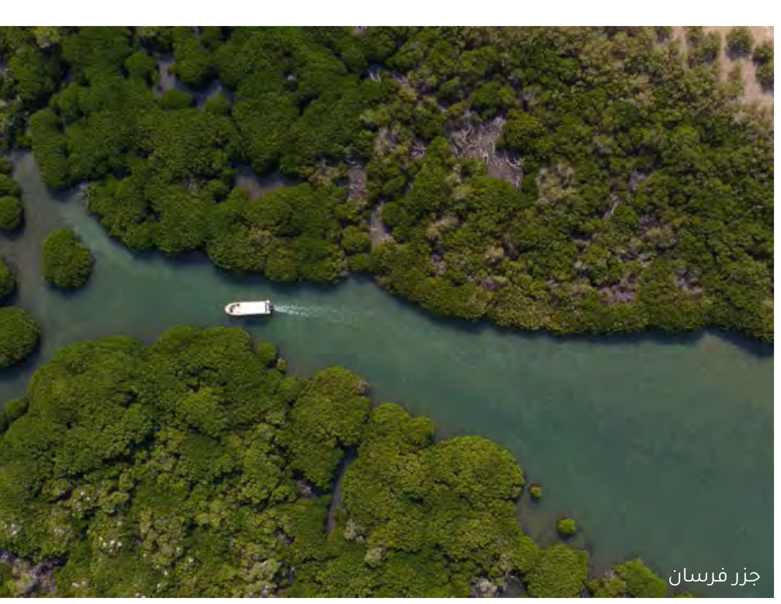
تشتهر منطقة جازان بأقاليمها المتنوعة وجزرها المتعددة كأرخبيل جزر فرسان، وبحيد مرجاني فريد يحيط بجزرها وشواطئها، مما يجعله موطناً مثالياً ومحمية طبيعية للعديد من أنواع الأسماك والمخلوقات البحرية، وواحة ممتعة وشيقة لرياضة الغوص.

ومن قاع البحر الأحمر لجبال فيفا الشاهقة التي يصل ارتفاعها إلى 1800 متر فوق سطح البحر، حيث تترامى المنازل الجبلية القديمة شاهدة على تاريخها العريق على قمم جبال تعانق السماء.

وتوفر «جزيرة المرجان» لسائحيها الشعور بالاسترخاء والراحة بالجلوس على شواطئها الرملية البيضاء، بالإضافة إلى وجود مسارات مخصصة فقط لركوب الدراجات الهوائية، فيما تتميز قرية الدولفين الموجودة في الجزيرة بمشاهدة عروض الدلافين وأسود البحر، ويقدم مهرجان جازان الشتوي مختلف الوجبات الجازانية الشهيرة والشهية.

ومن المواقع الجميلة الأخرى ويمكن زيارتها في جازان خلال فصل الشتاء متحف آثار جازان، وكذلك العيون الحارة التي يقصدها الكثير بهدف السياحة العلاجية؛ حيث تصل درجة الحرارة فيها إلى 45 درجة مئوية.

ولمحبي المغامرة والتشويق يحقق لهم «وادي لجب» تجربة مثيرة، فشكله الأخدودي يمكنك من الدخول بسيارتك إلى مسافة 2 كم في داخله ثم يضيق الممر، بعدها تستطيع مواصلة السير مترجلاً على الأقدام، ورؤية الشلالات والبحيرات المتناثرة على طول امتداده.


جزر فرسان

أرخبيل فرسان.. شواطئ رملية رائعة

يتكون أرخبيل فرسان من مجموعة من الجزر يصل عددها إلى ما يقارب 150 جزيرة تتفاوت في أحجامها، تتميز هضابها بالأحجار الجيرية، وشواطئها بالرمل الأبيض النقي وبينابيع مياه عذبة، فيما تكثر الشعاب المرجانية على امتداد سواحلها، ما يجعلها موطناً خصباً للكثير من الكائنات البحرية المتنوعة.

بين الأمس واليوم

د. أحمد عبد الرحمن العرفج Dr. Ahmad Al Arfaj
كاتب سعودي
Arfaj555@yahoo.com | Arfaj1



استيقظت ذات صباح بهمة ونشاط، فنظرت عن يميني ووجدت درج كُتِب عليه "أرشيف الصحف عام 2011"، فأخذت أقلّبُ الموضوعات والعناوين، وكان بعضها محشو بمفردات تتكرر تقريباً بشكل أسبوعي، أخذت أقلب متصفحاً لا قارئاً، بعد التقليب خرجت بمجموعة مفردات، كانت تتصدر القضايا الصحفية في ذلك الزمن، وللأمانة كانت هي الموضوعات الأهم في تلك الفترة، بقطع النظر عن صحتها أو خطأها، وإليكم المفردات التي تكررت في ذلك العام وهي كالآتي:

إرهاب، سيول جدة، انهيار سوق الأسهم، مطالبات بمشاركة المرأة في الانتخابات البلدية، السعودة، مناصحة، العلمانية، الإخوان، الاختلاط، السفور، الابتعاث، أخبار الهيئة والاحتساب، قيادة المرأة للسيارة، السفر من غير محرم، غطاء الوجه، حقوق المرأة، القزع، الفتاوى، إغلاق المحلات وقت الصلاة، صوت المرأة عورة، الإلحاد، حكم تدريس الفلسفة، الليبرالية، حكم الموسيقى والمعازف، السينما، قائمة الإرهابيين، التطرف، الغلو، العباءة المخصرة، الثوابت، الضوابط الشرعية، الخصوصية، التشدق، الفئة الضالة، اختطاف المدارس، المراكز الصيفية، الغزو الفكري، الغزو الثقافي، الصحوة، مشايخ الفضائيات، جلد الذات، مكافحة الفقر، تلبس الجن بالإنس، إنفلونزا الخنازير، التغريب، الثورات، مكافحة التسول، الإصلاح، المفاكسة، الربيع العربي.

وفي اليوم التالي: استيقظت أيضاً مبكراً فالتفت إلى الدرج الذي يقع على يساري فوجدت لوحة تقول: "أرشيف الصحف لعام 2021"، أخذت أقلّبُ في هذا الأرشيف فوجدت أن المفردات قد تغيرت والاهتمامات قد تبدلت بشكل جذري، وإليكم أهم مفردات تكررت في هذا العام وهي كالآتي:

الرؤية، نيوم، القدية، صنع في السعودية، عسير شيم وقيم، الرياض الخضراء، جدة التاريخية، أمالا، البحر الأحمر، المستثمر الأجنبي، الشغف، الإيجابية، الترفيه، السياحة، الآثار، مشروع سكني، صندوق المواطن، روح السعودية، الحكومة الرقمية، نزاهة، محاربة الفساد، المواطن السعودي، الاعتدال، المهارات، السعودية العظمى، مهرجان البحر الأحمر السينمائي، حماية الحياة الفطرية، مشروع الدرعية، كود البناء، المواطن المسؤول، المنصة، التعليم عن بعد، الخصخصة، الفورمولا1، صندوق الاستثمارات العامة، ترشيد المياه، دعم المنشآت الصغيرة، الطاقة الشمسية، الذكاء الاصطناعي، تنمية القدرات البشرية، الاتصال المرئي، الشفافية، موسم الرياض، الطاقة المتجددة، أبشر، توكلنا، العلا، ريادة الأعمال، الشرق الأوسط الأخضر، التوطين، الشراكة مع القطاع الخاص، فرجت، التطوع، بطولة آسيا، التعامل مع كورونا، مشروع ذا لاين، هيئة كفاءة الإنفاق، ، دمج المؤسسة العامة للتقاعد في المؤسسة العامة للتأمينات الاجتماعية، هيئة تطوير ينبع وأملج والوجه وضباء، إطلاق ميثاق الملك سلمان العمراني، منصة إحسان، افتتاح الطريق البري بين السعودية وعُمان.

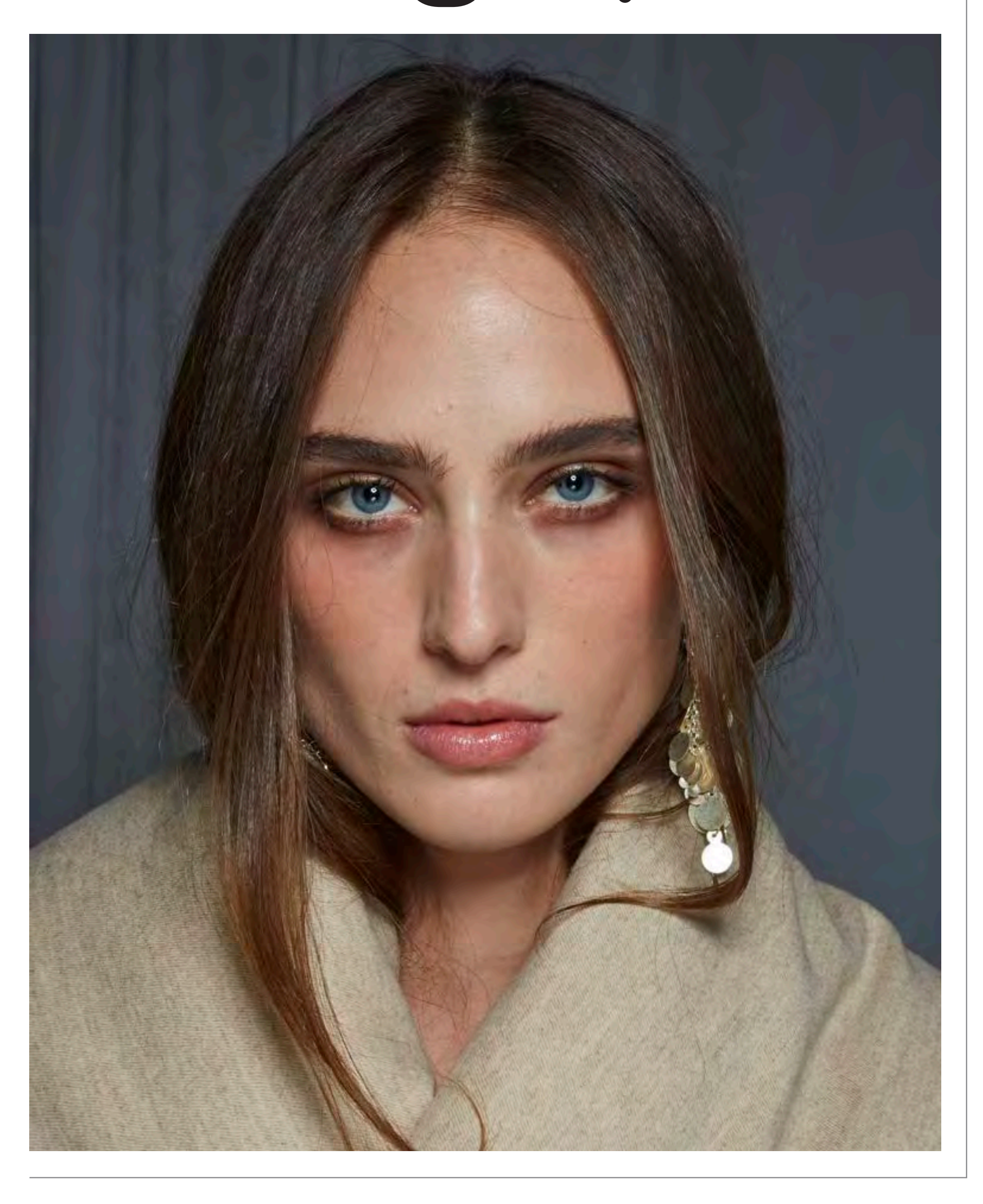
في النهاية أقول:

يا قوم، هذا نموذج بسيط لاهتمامات المجتمع بين زمنين، إنني رصدت هنا جزءاً يسيراً من المفردات والموضوعات، وأرجو أن يتاح الوقت لأحد الباحثين في الصحافة، ويقوم بدراسة موازنة ومقارنة بين الموضوعات والقضايا في تلك الفترة، وفي الموضوعات التي زرعتها رؤية 2030 في حدائق أيامنا، وأنا هنا لا أقلل من زمن على حساب زمن آخر، بل أقول: إن سلم النجاح درجات، وكل درجة توصلنا إلى أخرى، وبالتأكيد لم تتشكل رؤية 2030 الحالية إلا بسبب مخرجات الفترة التي قبلها، وهكذا تقول حقائق الحياة، إن الانسان لا يصل إلى مرحلة الصواب، حتى يمر ببعض التجارب المتعثرة.

BEAUTY

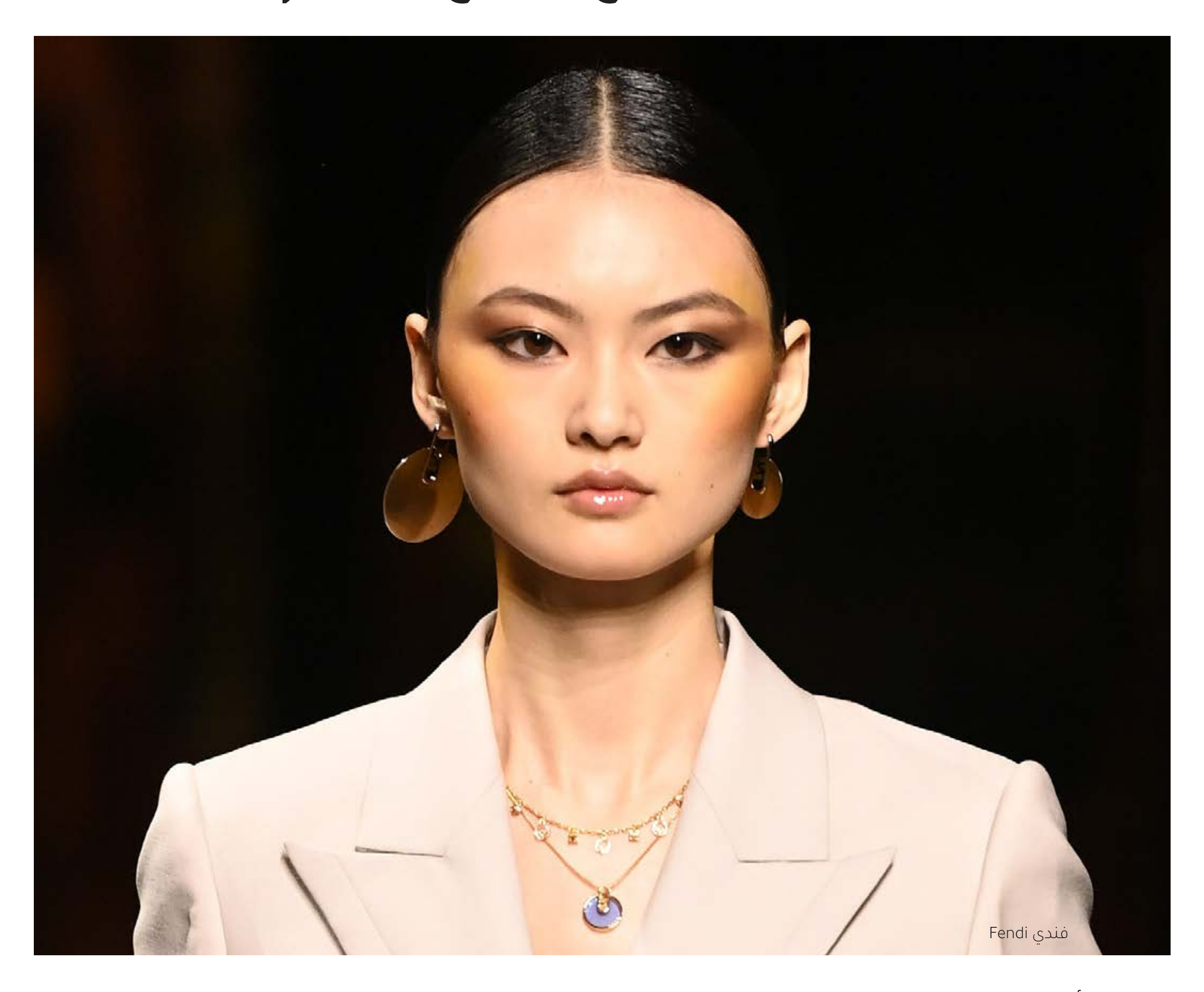
REPORT

جمال



SS2022 MAKEUP TRENDS

صيحات مكياج الربيع القادم



فندي Fendi

أي مكياج نتوقع في موسم الربيع القادم؟ هي صيحات رصدناها في عروض الموضة لربيع وصيف 2022 بـدت وكأنها امتـداد للخطوط العريضة التي طغت في مكياجات الشـتاء، ولكن مع نفحة منعشـة تليق بأجواء الموسم الدافئ والمزهر. في ما يلي نضع بين يديك دليلًا ملخصاً لأبرز صيحات المكياج المرتقبة.

بيروت | **ميرنا عبّاس Mirna Abbas**

Glowing Skin
تعتبر البشرة النضرة والصافية طلة دائمة التواجد في عروض الموضة، ذلك لتحفيز المرأة على العناية ببشرتها، وبالتالي الظهور ببشرة خالية من المكياج تماماً كما في عرض بودابيست سيليكت Budapest Select.

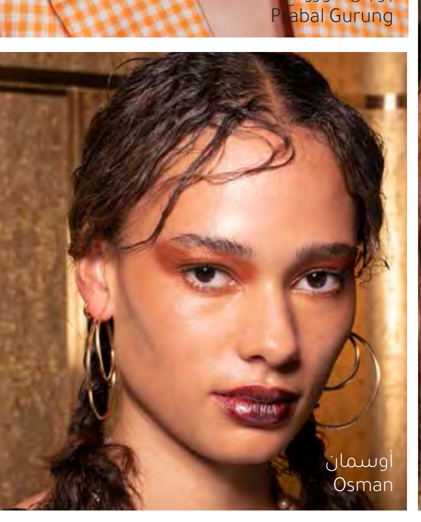
Neon Shadows
لقد أصبحت ظلال العيون الفاقعة أو بلون الحلوى إتجاهاً رائجاً يذكّر بأنماط ألفانا في عام 2000، وقد تضمن عرض برابال غورونغ Prabal Gurung مجموعة من إطلالات العيون الزاهية هذه.

Bold and Bronze
انطلق عرض فندي Fendi مع مجموعة من إطلالات المكياج البرونزي والذي يتضمن مشحات من الخطوط الذهبية المنحوتة، وأيضا ظلال عيون بلون الكراميل التي تليق بجميع ألوان البشرة.

Cats Eye
استلهمت علامة ماركاريان Markarian إطلالاتها من فيلم Gentleman Prefer Blondes حيث ارتدت العارضات حلة شبيهة بحلة مارلين مونرو ومكياج عين القطة الذي اشتهرت به. رسمت العيون المبطنة بالآيلاينر الأسود، لتكمل مشهدية فساتين الكوكتيل الفخمة.

Embellished Eyes
تُعد رقائق الذهب الوردي، التي رصدت على عيون عارضات سيمون روشا Simone Rocha في لندن، تحديًّا فنيًّا لاتجاهات مكياج مماثلة برزت في الموسم الماضي.


بلومارين
Blumarine


برابال غورونغ
Prabal Gurung


بول أند جو
Paul & Joe

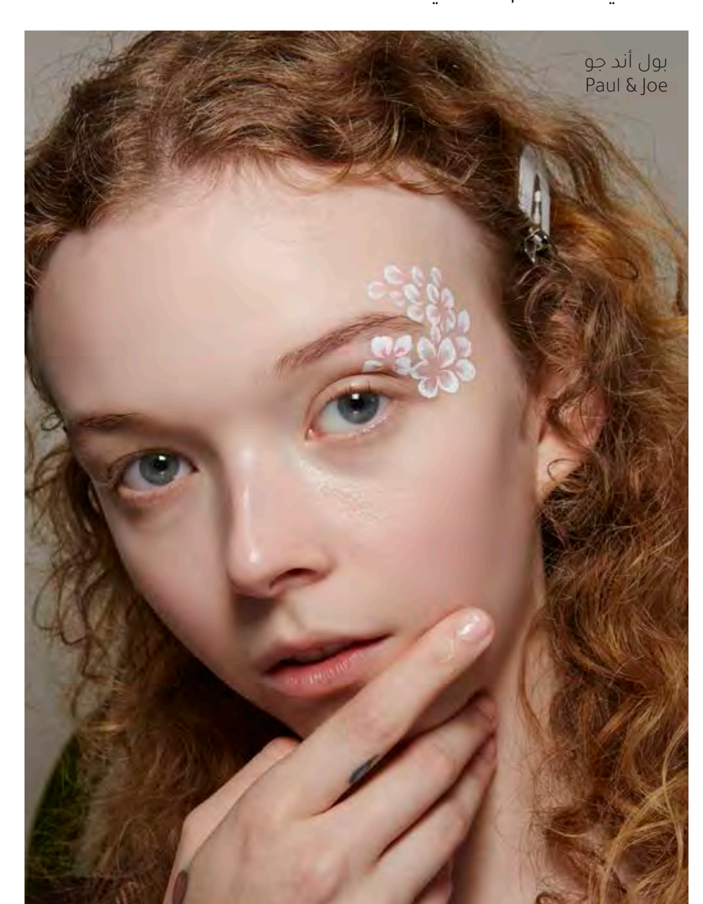
أوسمان
Osman

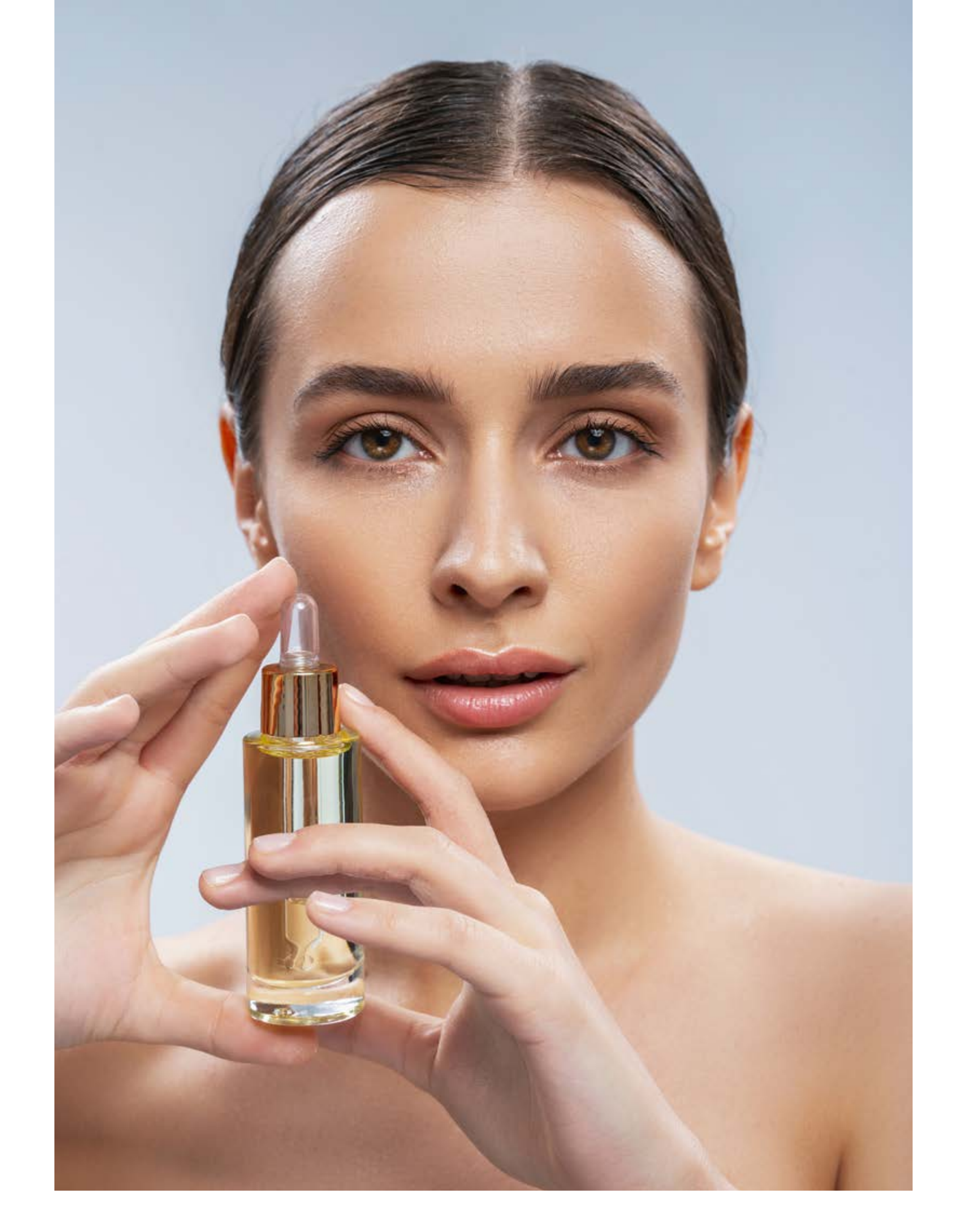
Bold Eyes
سيطرت الظلال القوية في عرض فيرساتشي Versace التي اعتمدت أسلوب more-is-more ووضعت طبقات مختلفة من ظلال العيون الخضراء للحصول على تأثير قوي. وشوهد اتجاه الظلال الطبقية هذا أيضاً في عرض لاكوان سميث LaQuan Smith مع ظلال زرقاء مبهرجة، ولدى توم فورد Tom Ford مع تركيز على زاوية العين.

Ethereal Element
عيون وشفاه مجملة بتدرجات الباستيل الثلاثية الأبعاد الرقيقة في تقنية تستحضر ألواناً تناسب فصلي الربيع والصيف المقبلين، رأيناها في عروض كل من آنا سوي Anna Sui وكاي أن دبليو أل أس KNWLS وأوسمان Osman وتوم فورد Tom Ford.

Glossy Lips
لا يغيب أحمر الشفاه اللامع الشفاف عن أي موسم وخاصة موسم الربيع والصيف، فهي الصيحة التي تحقق أكثر من غيرها طلة المكياج البسيط والنضر. رأينا ذلك لدى بلومارين Blumarine وغيرها من العلامات التي تؤثر هذه الطلة.

Face Painting
أعاد مكياج بول أند جو Paul & Joe ألوان المكياج النابضة بالحياة من خلال رسومات أقواس القزح والغيوم والأزهار، مستعيناً بخبرة فنانة المكياج جورجينا جراهام التي استحضرت برسوماتها ذكريات الطفولة وأنشطة الرسم على الوجوه.


بول أند جو
Paul & Joe



FACIAL OILS
زيوت الوجه التجميلية

سـواء كانت بشـرتك جافة أو دهنية، وحتى حساسـة، دعي زيوت الوجه التجميلية تتغلغل في عمقها كخطوة إضافية إلى روتينك الجمالي اليومي، واكتشفي فوائدها الجمالية التي تستحق العناء. في الآتي، كل ما يجب معرفته حول زيوت الوجه التجميلية، وطرق اختيارها وتطبيقها.

بيروت | **ميرنا عبّاس Mirna Abbas**

أهمية زيوت الوجه

إن استخدام زيوت الوجه، يعتبر من الخطوات الهامة في روتين العناية بالبشرة، حيث تترك على سطح البشرة طبقة دهنية تعزّز ترابط الخلايا وتحافظ على الرطوبة فيها، ما يؤمن تغذيتها وترطيبها وحمايتها من الجفاف؛ نظراً لغناها بمواد مغذية وأحماض دهنية ومضادات أكسدة تحمي خلايا الجلد وتساعد على توازن الماء داخل الأنسجة، ما يسهم في ترطيب البشرة ويمنحها ملمساً ناعماً، إضافة إلى توحيد لونها ومحاربة الشيخوخة المبكرة، من دون التسبب في مظهر لزج على البشرة.

كيف أختار زيت الوجه المناسب لنوع بشرتي

البشرة العادية

تتمتّع البشرة العادية بدرجة معتدلة من الرطوبة، لذا فهي لا تميل للجفاف، وتكون المسامات فيها صغيرة تكاد تكون غير مرئية. تمتاز بأنها ليست عرضة للتحسّس، وغالباً تناسبها جميع أنواع زيوت الوجه. بخاصّة زيت الأرغان الذي يُعرف باسم «الذهب السائل»، نظراً لفوائده المتنوعة التي يوفّرها للبشرة. فهو غني ومهدئ، يحتوي زيت الوجه هذا على فيتامين «هـ» أحد مضادات الأكسدة التي يمكن أن تمنع ظهور البقع الداكنة المزعجة، والخطوط الدقيقة وأنواع أخرى من تلف الجلد.

البشرة الدهنية

يتميّز هذا النوع من البشرة بمسام مرئية أكثر من المعتاد، وبشرة لامعة. لذلك، هي أكثر عرضة للإصابة بالبثور وحب الشباب، جرّاء فرط نشاط الغدد الدهنية. ومع ذلك فإن استخدام زيت تكميلي صحي مثل زيت الجوجوبا أو زيت السكوالين أو زيت شجرة الشاي، يساهم في التقليل من إنتاج الزهم، والسيطرة على إفراز الدهون الزائدة. فزيوت الوجه هذه خفيفة الوزن تحتوي على مكونات تُساعد على قتل البكتيريا المُسبّبة لحب الشباب، والتخلّص من خلايا الجلد الميتة.

البشرة الجافة

تنتج البشرة الجافة دهوناً أقل من الجلد الطبيعي، ما يؤدي إلى التشقق والتقشير، وحتى الحكة. عادة، يجب أن تبحثي عن زيوت الوجه الغنية بحمض الأوليك، للمساعدة على ترطيب البشرة وحبس الرطوبة، وتقليل التهيج الناتج عن الجفاف. يُعتبر زيت المارولا رائعاً لتقليل الاحمرار وترطيب البشرة الجافة والمتهيجة؛ لغناه بأحماض أوميغا الدهنية. وكذلك، يمكنك استخدام زيت الأفوكادو للوجه، حيث يحتوي على العناصر الغذائية المفيدة، مثل فيتامين E والليسيثين والبوتاسيوم، التي تساعد على تغذية وترطيب البشرة الجافة. وأيضاً زيت اللوز، الذي اشتهر استخدامه في علاج أمراض الجلد، مثل الأكزيما والتهاب الجلد. ويمكن أن يحفّز أيضاً إنتاج خلايا الجلد الجديدة، لاحتوائه على نسبة عالية من فيتامين (أ). إذا كنت تعانين من حساسية من المكسرات، فمن الأفضل تجنّب استخدام زيت اللوز على بشرتك.

البشرة الحساسة

تُعاني ذوات البشرة الحساسة غالباً من الحكة والجفاف والاحمرار. لهذا السبب، يجب توخي الحذر بشأن اختيار زيوت الوجه المناسبة لتطبيقها على وجهك، تفادياً لعدم حدوث أي مضاعفات. أما أفضل زيوت الوجه للبشرة الحساسة فهي زيت الخروع، وزيت المورينجا، وزيت الصبار أو الألوفيرا، الذي يعتبر من الزيوت المثالية للبشرة الحساسة، نظراً لاحتوائه على مضادات أكسدة وأحماض دهنية تساعد على حماية البشرة من البكتيريا الضارة وتهدئة البشرة.

الطرق الصحيحة لتطبيق زيوت الوجه

نظّفي وجهك جيداً مستخدمة المنظّف المناسب لنوع بشرتك.

طبّقي الكريم المرطب.

ضعي أربع إلى خمس قطرات من الزيت على راحة يدك وافركيها قليلاً لتسخين الزيت. ثم، طبّقي الزيت برفق على وجهك، ورقبتك، باستخدام سطح يديك بالكامل من خلال التربيت. مع الحرص على مد الزيت من الأنف إلى الأذنين، ومن الحاجبين إلى خط الشعر، ومن الرقبة إلى خط الفك.



اخترنا لك:

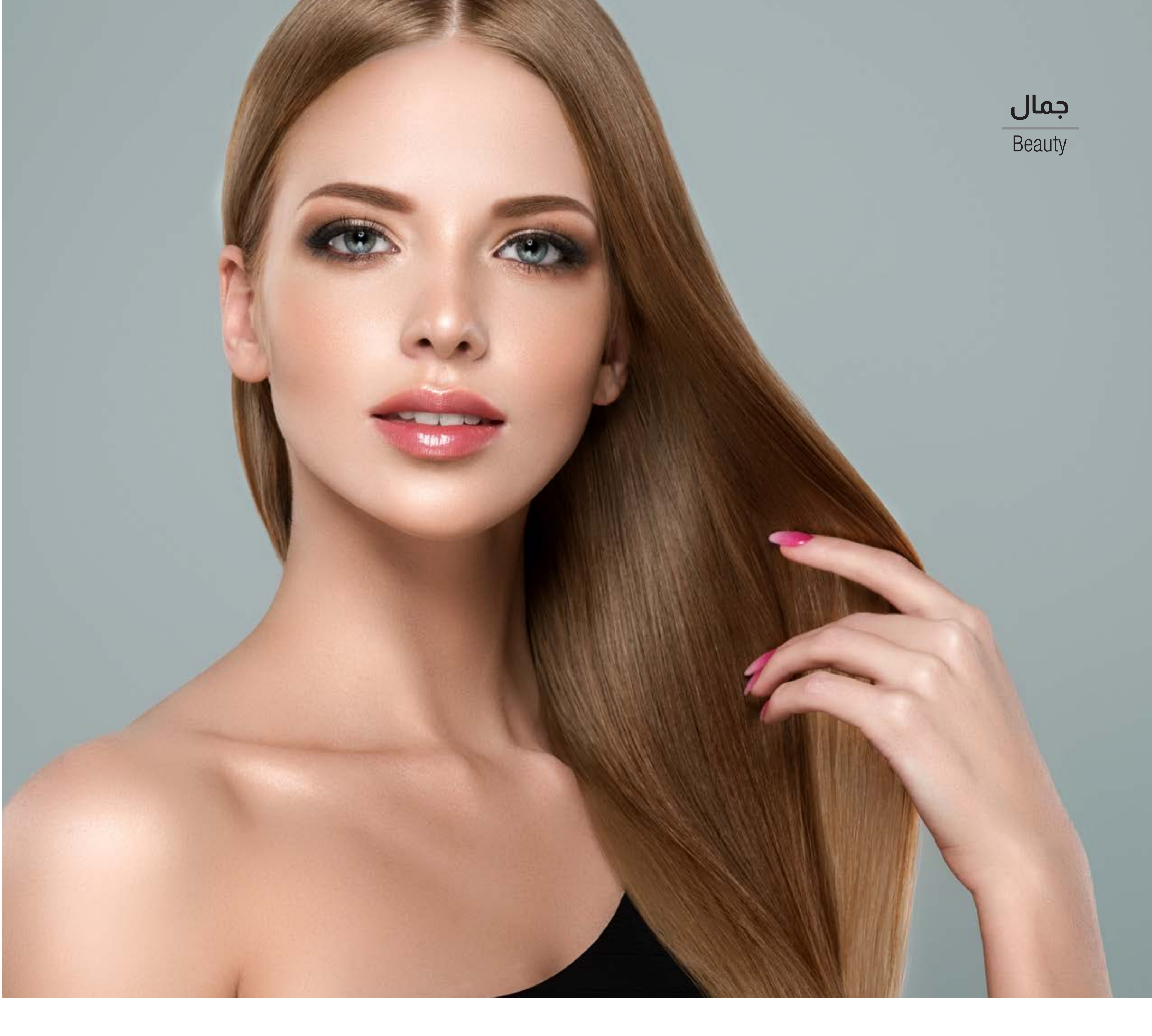
1 زيت للوجه: أدفانسيد يوث واتري أويل Advanced Youth Watery Oil من غيرلان Guerlain يرطب البشرة ًبعمق.

2 زيت للوجه: ويل دو جاسمين من شانيل HUILE DE JASMIN Chanel يرطب البشرة ويغذيها.

3 زيت للوجه: فيرمنيس بوستينغ أويل من جيفنشي Firmness Boosting oil Givenchy يغذي البشرة ويمنحها النضارة.

4 سيروم مغذٍ: لا ميكرو ويل دو روز أدفانسيد سيروم أنتي إيجنيغ فايس سيروم من ديور La micro-huile de rose advanced serum anti-aging face serum Dior Prestige يغذي البشرة ويخفي علامات التجاعيد.

5 زيت مرطب للوجه: بلو أوركيد فايس تريتمنت أويل من كلارنس Blue Orchid Face Treatment Oil Clarins يعالج البشرة الجافة.



DYED HAIR CARE

شعرك المصبوغ... كيف تعتنين به؟

مـن الممتع تجربة صيحات ألوان صبغات الشـعر الجديدة التـي تكمل إطلالتك. ومع ذلك، فإن تلوين الشـعر قد يتسـبب أحياناً في فقدان الشـعر لمعانـه الطبيعي، مما يجعلـه باهتـاً وجافاً. كل ما عليك فعله، هو تخصيص روتين عناية بشـعرك المصبوغ الذي تطلعنا حوله خبيرة الشعر والموضة سمر فدا، في التقرير الآتي.

بيروت | **زينة حاموش Zeina Hamouche**

الماسكات

غالباً ما يكون الشعر الملوّن جافاً وهشاً. لذا، عليك إعادة التوازن المائي للشعر (أي معدل رطوبته) عن طريق تطبيق ماسكات للشعر غنية بعناصر مرطبة. تعتبر ماسكات الشعر الغنية بالبروتين رائعة، لأنها ستساعد على إصلاح الشعر التالف، وتعزيز رطوبته. وبالتالي استعادة لمعانه وإشراقه. احرصي على تطبيق الماسك على شعرك قبل الاستحمام لمدة لا تقل عن نصف ساعة، لضمان خصلات شعرك من امتصاص مغذيات الماسك. ثم، اغسلي شعرك بالشامبو والماء.

الشامبو

للحفاظ على جمال شعرك المصبوغ، يوصى باختيار شامبو مخصّص لنوعية شعرك على أن يكون خالياً من الكبريتات، المعروفة أيضاً باسم كبريتات لوريث الصوديوم، هي نوع من المنظفات الأنيونية الموجودة في العديد من منتجات العناية بالشعر. يستخدم هذا المكون للمساعدة في إنتاج تأثير رغوي للشامبو والبلسم. باستخدام الكبريتات، فإنك تخاطرين بتجريد شعرك من زيوته الطبيعية وأيضاً رطوبته، مما قد يؤدي بعد ذلك إلى تجريد شعرك الجميل المعالج بالألوان. يُمكنك أيضاً اختيار شامبو مرطّب بشكل مكثف، لاستعادة لمعان شعرك المصبوغ.

الكونديشنر

احرصي على اختيار كونديشنر أو بلسم الشعر يتناسب مع نوعية شعرك، ويُفضّل استخدام نفس علامة منتج الشامبو للحفاظ على لون شعرك من التلاشي، ومنع ظهور القشرة.

الكريم المغذي

يُفيد استعمال الكريم المغذي في منع تلف الشعر جراء صبغه بشكل متكرر، وكثرة استخدام أدوات تصفيف الشعر مرتفعة الحرارة. كما يساعد أيضاً على ترطيب الشعر ومنحه النعومة من دون أن يترك ملمساً دهنياً. لذا، احرصي على تطبيقه مرّة في الأسبوع، بعد غسل شعرك مباشرة، لكي تمتص فروة الرأس كل مكوّناته المغذية والمقوّية. ولا داعي لغسل الشعر بعد تطبيق الكريم المغذي.

السيروم

يساعد السيروم على حماية الشعر من الجفاف وفك التشابكات، وإصلاح التلف والوقاية من الحرارة الزائدة أثناء استخدام أدوات التصفيف الحرارية، مما يقوي بصيلات الشعر. عادةً، يتم تطبيق كمية مناسبة منه على شعر نظيف ومبلل، مع مراعاة تدليك أطراف خصلات الشعر. ويوصى بتطبيق السيروم قبل تصفيف شعرك باستخدام المجفّف الكهربائي، وذلك لحمايته من أضرار الحرارة المرتفعة.

تعديل النظام الغذائي

تأكدي من أن نظامك الغذائي يحتوي على ما يكفي من الحديد، حيث يُفيد الأخير في تغذية فروة الرأس وتحسين ملمس الشعر وتحفيز نموه؛ لاحتوائه على البروتين الذي يبني الكيراتين ويقوي الشعر. وأيضاً، إدراج فيتامين AB ضمن نظامك الغذائي، كونه يعتبر أحد أهم الفيتامينات التي تساعد على معالجة الشعر الجاف والمتقصف، ويوفّر الرطوبة لفروة الرأس ويعزّز لمعان الخصلات الباهتة.



اخترنا لك:

1 شامبو وبلسم للشعر الرمادي والأشقر ينظف ويمنع تلاشي اللون: توتال ريزالتس سو سيلفر كولور أوبسيسد شامبو أند كونديشنر سيت من مايتريكس Matrix, Total Results So Silver Color Obsessed Shampoo & Conditioner Set.

2 شامبو لعلاج الشعر: ديركوس دينسي ثيك شامو من فيتشي Vichy, Dercos Densi Thick Shampoo.

3 بلسم للشعر المصبوغ يقوي الشعر الضعيف ويحميه من تلاشي لونه: أسيديك بيرفيكتينغ ليف-إن تريتمنت من ريدكن Redken, Acidic Perfecting Leave-In Treatment.

4 مرطب وواق من الشمس للشعر المصبوغ: سولاي ويل سيرين هير أويل ميست من كيراستاز Kérastase, Soleil Huile Sirene Hair Oil Mist.

كيف تحافظين على ثبات لون شعرك؟

- مراعاة عدم صبغ الشعر بعد تلوينه مباشرةً، والانتظار 72 ساعة كاملة قبل غسله بالشامبو.
- خفض درجة حرارة الماء عند غسل الشعر بالشامبو، ثم شطفه بالماء البارد.
- تطبيق رذاذ واقٍ من الشمس على الشعر المصبوغ، لحمايته من البهتان.
- استخدام منتجات الحماية من الحرارة قبل تصفيف الشعر بالمجفف الكهربائي.

BODY CARE ESSENTIALS

دليل العناية ببشرة الجسم

إن وجود نظام محكم للعناية بالبشرة هو دائماً في طليعة روتيننا للعناية الذاتية، ولكن أغلبنا نتراخى في موضوع العناية بالجسم. فبشرتنا لا تنتهي عند رقبتنا، ومن غير الطبيعي أن نبذل كل هذا الجهد في العناية ببشرة وجهنا، مع ترك 80 في المائة المتبقية من أجسامنا لتدافع عن نفسها. لهذا نضع بين يديك روتيناً خاصاً للعناية بالجسم.

بيروت | **ميرنا عبّاس Mirna Abbas**



التقشير

عندما يتعلق الأمر ببدء روتين العناية بالجسم بشكل صحيح، فلا بد من مقشر التنقية وتنظيف البشرة. لهذا اختاري دائماً مقشر الجسم 2 في 1 مع 10 ٪ من أسيد AHA فحبات التقشير تزيل خلايا الجلد الميتة غير المرغوب فيها، بينما يساعد حمض الجليكوليك وحمض اللاكتيك على تشجيع تجديد خلايا الجلد، وتقليل ظهور المسام وتغير اللون.

التنظيف

هناك توازن دقيق بين التطهير الفعال للبشرة وتجريدها من كل الرطوبة المتاحة. لهذا اختاري كريماً يرطب البشرة ويلطفها بتركيبة خالية من العطور والصابون، مثل مكونات زبدة الشيا المغذية، والنياسيناميد، لتحافظي على بشرتك منتعشة ونقية ومرطبة.

الترطيب

عندما يتعلق الأمر بترطيب البشرة بعد الاستحمام، فيجب التركيز على الخيارات خفيفة الوزن وسريعة الامتصاص، والتي تعمل في نفس الوقت على تجديد وترطيب البشرة لفترة طويلة. اختاري تركيبة تحتوي على مرطبات خفيفة الوزن، مثل حمض الهيالورونيك وسيراميدات تقوية حاجز البشرة، ما يوفر للبشرة الراحة بعيداً عن الجفاف، لمدة تصل إلى 24 ساعة بعد التطبيق.

زيوت البشرة

جميعنا نحب زيوت الجسم، لأنها مغذية للغاية وأكثر مما قد تعتقدينه، فهي متعددة الاستخدامات. زيوت علاجية وترطيبية متعددة الأغراض، مثل تهدئة البشرة وشفائها وعلاج حب الشباب وتعزيز تجديد خلايا الجلد. اختاري زيوتاً غنية بالفيتامينات أ ، ب 1 ، ب 2 ، ب 3 ، والأحماض الدهنية الأساسية أوميغا 3 و 6، والسيلينيوم والزنك والمغنيسيوم، أحماض أمينية أساسية، بالإضافة إلى خصائص مضادة للالتهابات ومسكنات ومضادات للبكتيريا وللفطريات.

بلسم البشرة

تعتبر الكريمات السميكة أي «بلاسم» متعددة الأغراض، رائعة للبشرة التي تعاني من البقع الجافة المزعجة على المرفقين والكاحلين، فعندما تحتاج بشرتك إلى ترطيب مغذٍ بشدة، ومرطب عادي، لن ينفع معها، خاصة في هذا الموسم. يأتي البلسم ليعالج البشرة الجافة بسهولة بفضل التركيبة فائقة التغذية التي تحمي وتجدد الخلايا. اختاري واحداً يحتوي على مكونات مرطبة بشكل مكثف، مثل زيت بذور التين الشوكي، وزيت الشيا، وزيت الكاكاو، وزيت نخالة الأرز، وزيت اللوز.

العطر

في محاولة للبقاء في سياق الرعاية الذاتية، نقترح اختيار عطر يقوم بواجب مزدوج كإضافة عطرية لنظام العناية بالجسم. لهذا اختاري عطراً للجسم يتميز بمكونات منعشة من الزنجبيل والحمضيات وزهر الزنجبيل والأرز والمسك.



Editors' choice
من اختياراتنا

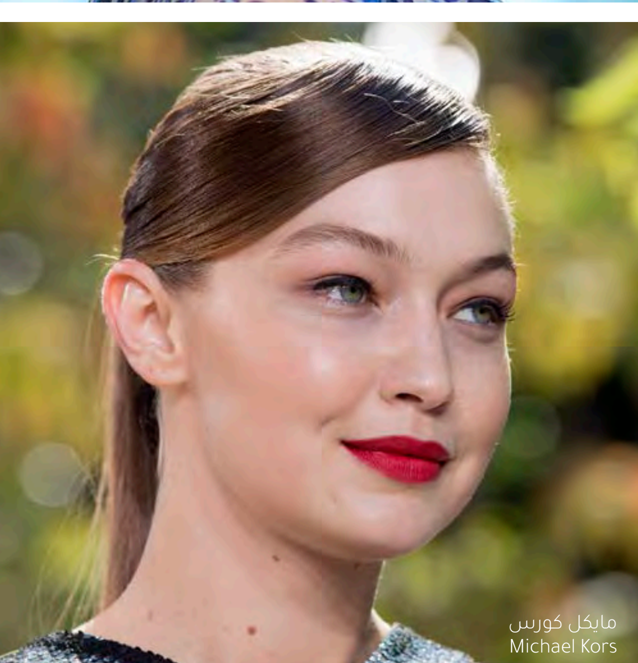
1 مقشر للجسم سكين باف رايد إكسفولييتينغ بادي سكراب من فانتي بيوتي
Fenty Skin Buff Ryder Exfoliating Body Scrub
2 عطر للجسم وايت تي جينجر ليلي من إليزابيت آردين
Elizabeth Arden White Tea Ginger Lily
3 غسول للجسم ليبيكار سايندت أيه بي بادي واش كريم من لاروش بوزيه
La Roche-Posay Lipikar Syndet AP Body Wash Cream
4 زيت للجسم دراي بادي أويل من كيلز Kiehl's Dry Body Oil
5 كريم للجسم فريش بادي كريم لي إكسكلوسيف دو شانيل
Fresh Body Cream Les Exclusifs De Chanel
6 مرطّب ومعطر للجسم أكوا أليغوريا برغاموت بادي لوشين من غيرلان
Guerlain Aqua Allegoria Bergamot Body Lotion

عناية بالقدمين

عندما يتعلق الأمر بالعناية بالجسم يجب تخصيص جزء صغير للعناية بأقدامنا، من ناحية التنظيف والتقشير والترطيب، لتبقى صحية وخالية من الجلد الميت والتشققات.



نعيم خان
Naeem Khan



مايكل كورس
Michael Kors

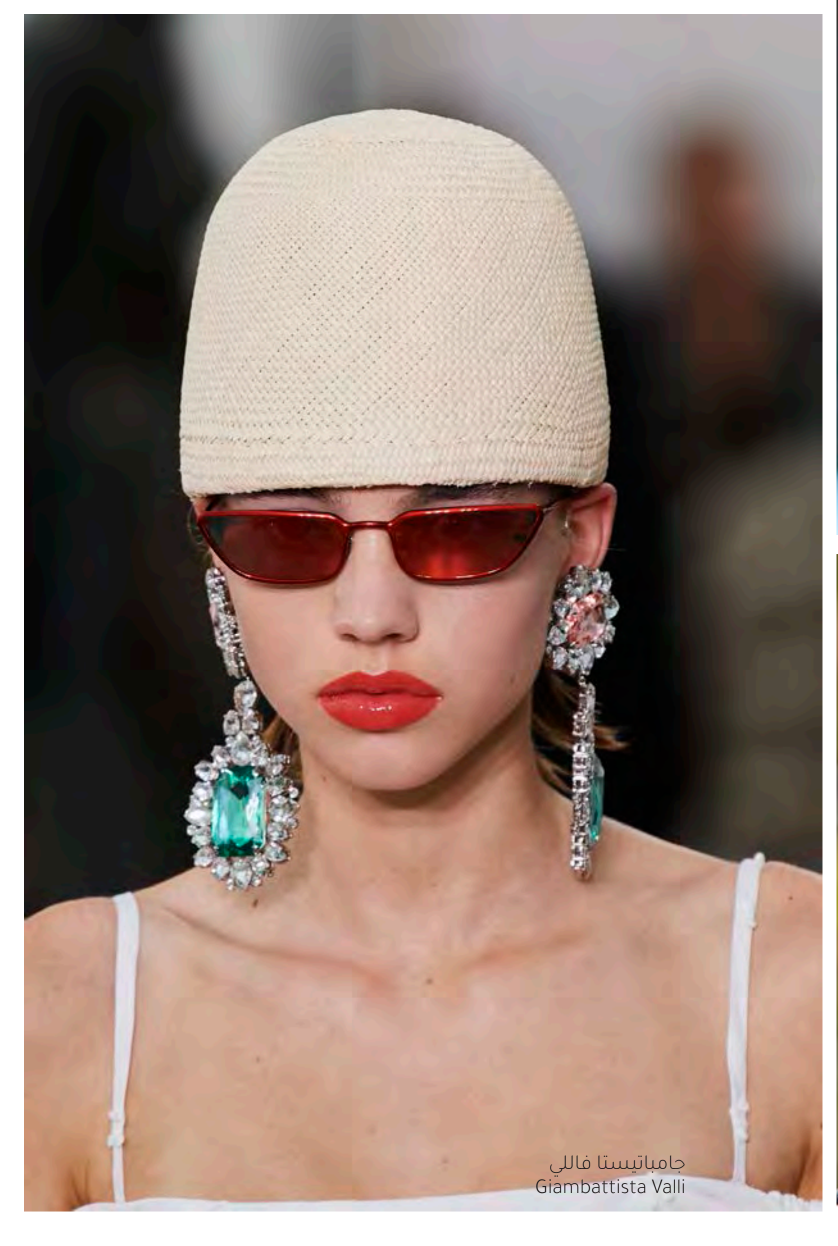
دولتشي آند غابانا
Dolce & Gabbana

PERFECTED RED LIPS

فن تطبيق اللون الأحمر على الشفاه

أحمر الشـفاه باللون الأحمر هو أحد أهم إكسسـوارات الموضة التي لا تسـتطيع معظم النسـاء الاستغناء عنها، لهذا دعينا نخبرك أنه ليس من السهل على الجميع وضعه بشكل صحيح.. إنه فن. ولإتقان فن تطبيق أحمر الشفاه باللون الأحمر ، هناك بعض الطرق لتطبيقه بشكل مثالي على طريقة عارضات الأزياء.

بيروت | **ميرنا عبّاس Mirna Abbas**


جامباتيستا فاللي
Giambattista Valli

تطبيق أحمر الشفاه بشكل صحيح

لتحقيق المظهر المثالي وللتأكد من ثباته وعدم سيلانه، يجب اتباع هذه النصائح لمظهر جذاب يدوم طوال اليوم.

أدوات المكياج التي تحتاجين إليها:

- بلسم مغذٍ للشفاه
- محدد شفاه
- كونسيلر
- بودرة مضغوطة

خطوات وضع أحمر الشفاه

الخطوة 1: حضري شفتيك

هذه هي الخطوة الأولى والأهم، فأنت لا تريدين وضع أحمر الشفاه على شفاه جافة ومتشققة. قشري شفتيك باستعمال فرشاة أسنان ناعمة، ورطبيهما بوضع مرطب شفاه مغذٍ، لجعل الشفاه ناعمة وذات مظهر صحي. يمكنك وضع برايمر الشفاه بعد ذلك لإبقاء اللون لفترة أطول ولمنعه من السيلان.

الخطوة 2: تثبيت اللون

إذا كنت قلقة بشأن ثبات اللون، ضعي القليل من البودرة المضغوطة لتثبيت اللون، وللمساعدة على بقاء لون الشفاه لفترة أطول.

الخطوة 3: محدد الشفاه

لتحديد خط الشفاه الطبيعي، ولمنع أحمر الشفاه من السيلان، استخدمي محدد شفاه جيداً لتحديد معالم الشفاه وإعادة تشكيلها وإتقانها. بهذه الطريقة ستحصلين على مظهر أكثر تحديداً ودقة. لجعل قوس كيوبيد أكثر بروزاً، قومي بإنشاء شكل X على شفتك العليا، أسفل قوس كيوبيد مباشرةً. لا تقلقي إذا كانت الخطوط الموجودة بالداخل غير كاملة إلى حد ما، لأن أحمر الشفاه سيغطيها على أي حال - لكن الخطوط الخارجية هي المهمة.

الخطوة 4: ضعي أحمر الشفاه

بمجرد الانتهاء من جميع الخطوات، واختيار أحمر الشفاه الأحمر الذي يليق بك، ضعي بعض المستحضر على فرشاة الشفاه، وضعيه بالتساوي على شفتيك بالكامل. لا تفوتي الزوايا الداخلية، وتأكدي من تطبيقه على زوايا شفتيك المبطنة، وقومي بتكثيف اللون كما يحلو لك. عادة، تكفي طبقة واحدة جيدة من أحمر الشفاه عالي الجودة.

الطريقة المثلى لوضع أحمر الشفاه باللون الأحمر

الشفاه الداكنة هي مظهر مكياج أساسي وموضة رائجة. قبل تطبيقه والخروج من المنزل، هناك بعض النصائح والحيل التي يمكننا جميعاً تعلمها لتحقيق أجمل مظهر بإطلالة جريئة، وبالتالي منعه من التلطخ طوال المساء.

نصائح التطبيق:

قبل وضع أحمر الشفاه الأحمر الداكن، من الضروري ترطيب المنطقة جيداً. نظراً لأن معظم أنواع أحمر الشفاه الداكنة تكون بتركيبة شديدة الجفاف، يمكن أن يترك الشفاه تبدو غير مكتملة. استخدمي بلسم شفاه غير لامع، وربتيه برفق على شفتيك العلوية والسفلية، قبل وضع أي شيء آخر فوقه.

كريم الأساس

إذا كانت شفتاك أغمق قليلاً من لون بشرتك، استخدمي إسفنجة مستحضرات تجميل رطبة، والقليل من كريم الأساس، للحصول على لون واحد متناسق. سيساعد هذا أيضاً أحمر الشفاه على الثبات لفترة أطول، وعدم سيلانه بين الخطوط في شفتيك.

محدد الشفاه

بمجرد أن يتوحد لون شفتيك، استخدمي محدد شفاه وابدئي في رسم الخطوط العريضة لشفتيك من قوس كيوبيد (المنتصف). يمكن أن يكون هذا غالباً من أصعب الأماكن لتبطين الشفاه، لذا استخدمي يداً خفيفة وارسمي ببطء على هذه المنطقة. إذا كنت ترغبين في رسم شفتيك أكثر من اللازم، بمعنى تكبيرهما، فمن الأفضل إطالة الجوانب بدلاً من قوس كيوبيد، حيث يكون أكثر وضوحاً. استخدمي محدد شفاه مشابهاً لدرجة لون أحمر

الشفاه أو صبغة الشفاه TINT التي ستستخدمينها لاحقاً.

أحمر الشفاه

نظراً لأن أحمر الشفاه غالباً ما يكون من الصعب تطبيقه مباشرة من القلم، فإن فرشاة أحمر الشفاه ضرورية لتحقيق خط دقيق. ببساطة اغمسيها في القلم واملئي الشفاه بعناية. إذا ارتكبت أي أخطاء، استخدمي طرفاً قطنياً بزاوية مغموسة في مزيل المكياج لتنظيف أي خطوط.

صبغة الشفاه

بالنسبة لأحمر الشفاه الذي يدوم طويلاً، والذي لا يتطلب سوى القليل من اللمسات الأخيرة، فإن صبغة الشفاه هي ما تحتاجينه تماماً. يمكنك استخدام إصبعك لمزجها على الشفاه، وإزالة أي فائض من المنتج بمنديل. تدوم صبغة الشفاه عموماً لفترة أطول، لأنها أكثر تصبغاً وتتطلب اهتماماً أقل، حتى لو كنت تأكلين أو تشربين.

الملمع

لتثبيت اللون، استخدمي الملمع الذي سيحافظ أيضاً على برودة وترطيب شفتيك. احتفظي بملمع ممتلئ في حقيبتك، وأعيدي وضعه خلال المساء، فهو مثالي للنساء ذوات الشفاه الجافة.

اختيار أحمر الشفاه بدرجات الأحمر حسب لون بشرتك

أحمر الشفاه بدرجات الأحمر في عالم الجمال يوازي الفستان الأسود القصير في عالم الأزياء. إنه متعدد الاستخدامات، أساسي، والأفضل من ذلك كله، يمكن أن ترتديه أي امرأة لإضافة عنصر من الرقي إلى أي مظهر، ليلاً أو نهاراً. ومع ذلك، عند النظر إلى درجات أحمر الشفاه المتوفرة في السوق، يمكن أن يكون مشهداً مربكاً للغاية. لا توجد قواعد صارمة وسريعة عندما يتعلق الأمر باختيار أحمر شفاه أحمر اللون لبشرتك، ولكن بعض الإرشادات الأساسية يمكن أن تساعدك في اختياراتك.

للبشرة الفاتحة

أفضل أحمر شفاه باللون الأحمر للبشرة الفاتحة هو الذي يكمل لون التورد الطبيعي الذي تتمتع به بشرتك بالفعل. ابحثي عن اللون الأحمر البارد الذي يستخدم الأزرق والأرجواني كقاعدة (مقابل البرتقالي) للحصول على لمسة نهائية جذابة. أفضل جزء عن اللون الأحمر أنه يمكنه أن يجعل أسنانك تبدو أكثر بياضاً.

للبشرة الفاتحة جداً

يمكن للنساء ذوات البشرة الفاتحة ارتداء اللون الأحمر الساطع للحصول على لون جريء على بشرتهن الفاتحة، لكنهن يملن إلى الظهور بشكل أفضل باللون الأحمر الفاتح، أو الأحمر التوتي، مع لمسة زرقاء.

للبشرة المتوسطة

إذا كانت بشرتك متوسطة اللون، فلديك المزيد من التنوع عندما يتعلق الأمر باختيار أحمر الشفاه. سوف يكملك اللون الأحمر الدافئ والبارد، ولكن ضعي في اعتبارك أن اللون الأحمر المرجاني يمكن أن يجعل بشرتك تبدو باهتة، خاصة إذا كانت بشرتك باردة.

للبشرة الداكنة

يمكن للبشرة الداكنة التعامل مع اللون الأكثر كثافة، مثل الأحمر الداكن، والأحمر مع درجات تحتية زرقاء. اختاري الأحمر التوتي والأحمر القرميدي فهما مكملان لدرجة بشرتك.



Editors' choice
من اختياراتنا

1 فيلفت مات ليبستيك بينسيل إن دراغون غيرل من نارس
Nars Velvet Matte Lipstick Pencil in Dragon Girl
2 فيزيونيري جيل ليبستيك إن شيزوكا ريد من شيسيدو
Shiseido Visionary Gel Lipstick in Shizuka Red
3 ريترو مات ليبستيك إن روبي وو من ماك
MAC Retro Matte Lipstick in Ruby Woo
4 روج أللور ليمينوس إنتنس ليب كولور إن بيرات من شانيل
CHANEL Rouge Allure Luminous Intense Lip Colour in Pirate
5 أنسنسورد من فانتي بيوتي Fenty Beauty Uncensored



قرارات السنة الجديدة للعناية بالحواجب مع بنفت كوزمتكس

خبيرة الحواجب الإقليمية لدى بنفت كوزمتكس تشارك القرارات التي تدعو جميع النساء لاتخاذها للعناية بحواجبهنّ في العام 2022

مع بداية عام جديد، لربّما تتساءلين عمّا بإمكانك تحسينه في 2022. ماذا عن حاجبيك؟ تشاركك يارا أيوب، خبيرة الحواجب الإقليمية لدى بنفت كوزمتكس، الأمور الثلاثة التي يجب على الجميع تجربتها للحرص على استقبال العام الجديد بإطلالة حواجب أروع وأكثر جمالاً.

لا تنتفي حاجبيك بسرعة

عند العناية بالحاجبين في المنزل، «لا يجب نتف الحاجبين بسرعة». يجب إزالة شعرة واحدة في كل مرة وفي الاتجاه الذي ينمو منه الشعر. إليك بعض النصائح لتعرفي الأمور التي يجب عليك اتّباعها أو تفاديها إن كنت تخططين لإزالة شعر حاجبيك بنفسك!

الأمور التي يجب عليك اتّباعها:

قومي بإزالة شعر حاجبيك بالملقط بجانب نافذة تضيء وجهك بشكل متساوٍ إن كان ذلك ممكناً. إستخدمي قلم تحديد حواجب فائق الدقة (جرّبي قلم الحواجب، My Precisely Brow) لتعطي حاجبك الشكل المنشود قبل البدء بإزالة الشعر. شدّي الجلد باستخدام إصبع واحد ثمّ أزيلي الشعرة في اتجاه نموها، الذي يكون نحو الأعلى أو نحو الصدغ إجمالاً.

الأمور التي يجب عليك تفاديها:

تجنّبي استخدام المرايا المكبّرة الصغيرة أثناء تحديد حاجبيك في المنزل. ومن المهم أن تستخدمي مرآةً كبيرة تسمح لك برؤية حاجبَيك معاً لتتمكني من تحديدهما بطريقة تلائم وجهك وعينَيك. لا تزيلي الشعرة في جميع الاتجاهات وتأكّدي دائماً من إزالتها في اتجاه نموها الطبيعي.

حدّدي حاجبَيك بحسب شكلهما الطبيعي

الطريقة الأسهل لتحديد أي حاجب بحسب الرغبة تكمن في اتباع تقنيّة ثلاثية الخطوات تدعى تقنية رسم الحواجب. ما عليك سوى استخدام قلم تحديد الحواجب المفضّل لديك وأخذ هذه القياسات الثلاثة لمعرفة شكل الحواجب الأكثر ملاءمةً لوجهك. سنستخدم الأنف كنقطة الانطلاق لرسم كلا الحاجبَين، إذ أنّ استخدام نقطة انطلاق واحدة للحاجبَين سيساعدك في الحفاظ على توازنهما وتماثلهما. ارسمي خطاً وهمياً مستقيماً من حافة زاوية الأنف الخارجية وصولاً إلى مقدّمة حاجبك وضعي علامة. إبدئي من طرف الأنف مروراً ببؤبؤ العين وصولاً إلى أعلى نقطة في الحاجب وضعي علامة. أخيراً، ارسمي خطاً مستقيماً من الطرف الخارجي للأنف مروراً بالزاوية الخارجية للعين وضعي علامة. استخدمي قلم تحديد الحواجب لترسمي خطوطاً تصل بين تلك العلامات في أعلى وأسفل حاجبك. وبالتالي يجب عليك إزالة الشعيرات التي تقع خارج حدود هذه الخطوط والإبقاء على الشعيرات الموجودة بداخلها. قبل تحديد حاجبَيك في المنزل، تأكّدي من رسمهما وملء الفراغات فيهما. أزيلي الشعيرات الموجودة خارج الشكل المرسوم فقط لئلّا يصبح حاجباك رفيعين للغاية.

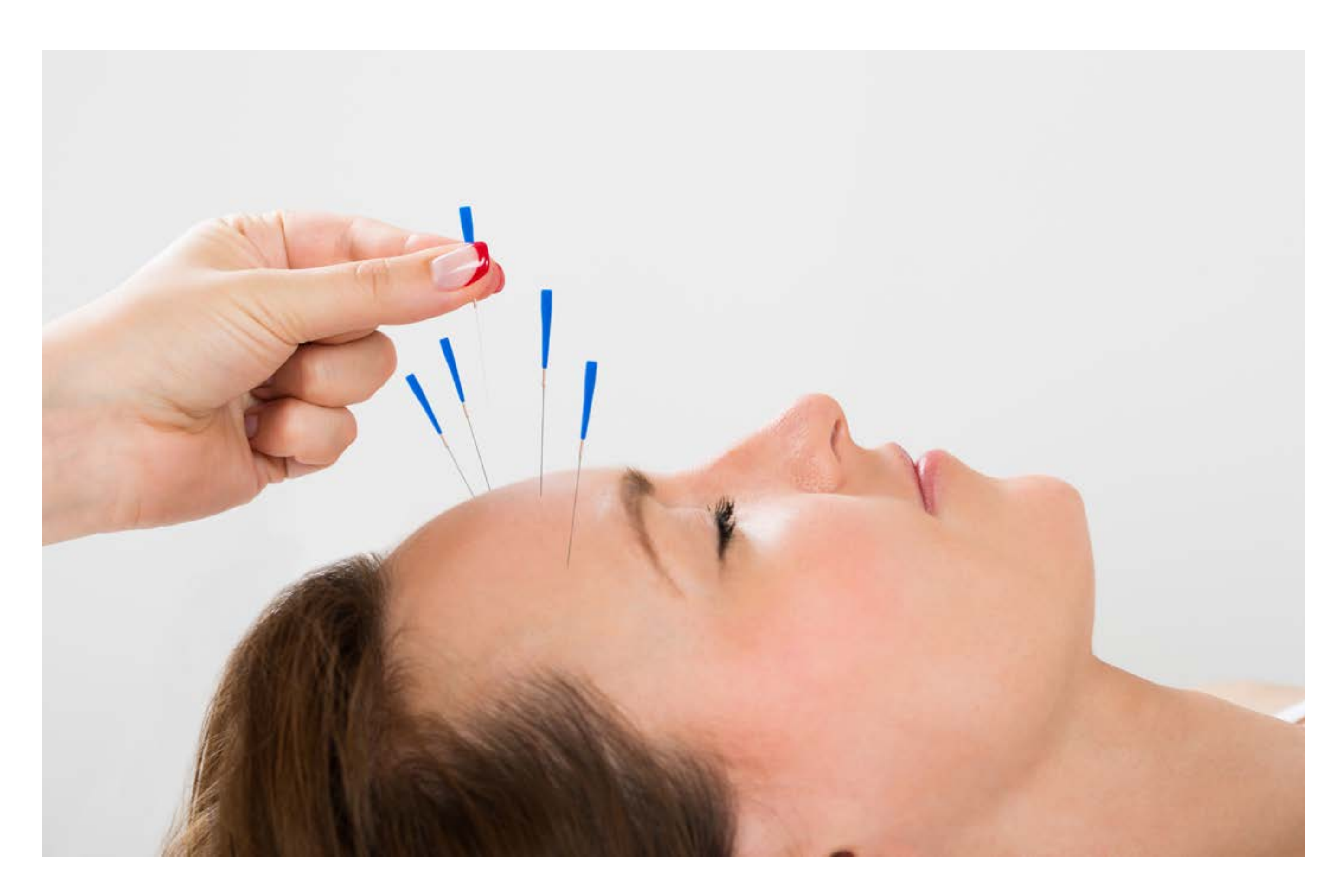
أتركي إزالة شعر الحواجب بالشمع للخبراء

اعتمدنا في صالون العناية بالحواجب Brow bar من بنفت طريقة مختلفة عن الطريقة التقليديّة لإزالة شعر الحواجب بالشمع، إذ نزيل شعر الحواجب بالشمع بوضعية الجلوس لنمنح حاجبيك شكلهما الطبيعي بما يتلاءم مع شكل وجهك، لتحصلي بالتالي على حاجبين طبيعيَين ونظيفين.

الوخز بالإبر..
متمّم للعلاج وليس بديلاً عنه

ثمّة مثل روسي يقول: «تاج القيصر لا يمكن أن يحميه من الصداع»، في إشارة إلى أن الأوجاع ستداهم أي كان. مع اشتداد الآلام، يلجأ البعض إلى المسكّنات الفموية، فيما يجد البعض الآخر الترياق في الوخز بالإبر. اختلف مفهوم هذه التقنيّة في العلاج بين الأمس واليوم، فلم تعد حكراً على العلاج الصيني البديل القائم على الطاقة، بل أصبحت إحدى وسائل تسكين الألم في الطبّ الغربي. المزيد عن الوخز بالإبر، في معلومات مستمدّة من الاختصاصيّة في طبّ العائلة الدكتورة نسرين مكارم.

بيروت | **نسرين حمود Nisrine Hammoud**



يقوم المعالج، خلال تطبيق تقنيّة الوخز بالإبر الصينيّة Acupuncture، بتحفيز نقاط معيّنة في الجسم عن طريق إدخال إبر رفيعة عبر الجلد. صحيح أن التقنيّة المذكورة ترجع إلى الطبّ الصيني التقليدي، لكنّها انتشرت في العالم، وتطوّرت لناحية المفهوم. في هذا الإطار، تميّز الطبيبة نسرين مكارم @dr.nisrine.makarem بين الطبّ الصيني التقليدي والطبّ الغربي، في هذا المجال، حيث يعتقد الممارسون الصينيّون أن أسلوب الوخز بالإبر يجعل الطاقة المعروفة باسم «تشي» تتدفّق عبر مسارات محدّدة في الجسم، الأمر الذي يُحقّق التوازن فيه، ويُخلّصه من الأمراض. أمّا ممارسو الطبّ الغربي فلا يلتزمون بمفاهيم الطاقة الصينيّة، بل يعتقدون بأن الوخز بالإبر يُحفّز الجهاز العصبي، وهذا بدوره يطلق مواد كيميائيّة في العضلات والحبل الشوكي والدماغ. تعلي هذه التغييرات الكيميائيّة

الدكتورة نسرين مكارم:
للعلاقة بين المريض والمعالج دور مهمّ في تحديد النتيجة من الوخز بالإبر

الحيويّة قدرات الشفاء الطبيعيّة للجسم، وتُعزّز الصحّة الجسديّة والعاطفيّة. بذا، أصبح الوخز بالإبر جزءاً من الطبّ الغربي، وليس نظاماً طبياً بديلاً عن الأخير.

نتائج مثبتة

تشتمل الحالات المرضية، المثبتة علميّاً فوائد الوخز بالإبر في التخفيف منها، على:
- آلام المفاصل، كما في الرقبة وأسفل الظهر والركبة.
- التهاب المفصل التنكسي في الركبة.
- الصداع والصداع النصفي.
- الهبّات الساخنة المرافقة لسنّ انقطاع الطمث.
- الغثيان والقيء الناجمان عن العلاج الكيميائي.

بين الوخز بالإبر والمسكّنات

سؤال الطبيبة عمّا إذا كان الوخز بالإبر يُغني عن تناول المسكّنات، تجيب عنه بالإيجاب، لكنّها تشدّد أن «زيارة الطبيب للكشف عن الحالة ضروري في كلّ الحالات، فلا يجب استخدام الوخز بالإبر لتأجيل مقابلة الطبيب»، لافتةً إلى أن «الطريقة الأكثر مثاليّة تقضي بالجمع بين العلاج المتبع في الحالة، والوخز بالإبر».
وعن السنّ الأدنى لبدء العلاج بالإبر، تقول الطبيبة إنها «3 أسابيع من عمر الوليد، مع أهمّية استشارة طبيب الأطفال أوّلاً، حسب توصية «الأكاديميّة الأميركيّة لطبّ الأطفال»، واختيار معالج مدرّب بشكل مناسب لأداء الوخز بالإبر».
من جهةٍ ثانيةٍ، معلوم أن مدّة العلاج بـ«الإبر» تتحدّد حسب شدّة الحالة المرضية، ونوعها، وكيفيّة استجابة الجسم لها، ففي معظم فئات المرضى، يلتزمون بجلسة واحدة في الأسبوع، فيما يقصد آخرون عيادة المعالج لأكثر من مرّة أسبوعيّاً (أو أقلّ)، اعتماداً على المدّة التي تدوم فيها التأثيرات العلاجيّة، وتقديرات المعالج بالإبر الصينيّة. في هذا الإطار، تفيد الطبيبة بأن «الفوائد الكاملة للوخز بالإبر لا تتحقّق خلال الجلسة الأولى أو الثانية بل يجب أن يزور المريض عيادة المعالج لخمس مرّات على الأقلّ. في حال عدم الاستجابة للإبر، يمكن التوقّف عن ذلك».

مخاطر منخفضة

إشارة إلى أن مخاطر الوخز بالإبر منخفضة للغاية، إذا كان المعالج متخصّصاً ومعتمداً ويستخدم إبراً معقّمة. بالمقابل، تشتمل آثار «الوخز» الجانبيّة الشائعة، على: الألم الخفيف والنزيف الطفيف أو الكدمات في نقاط إدخال الإبر. في هذا الإطار، توضّح الطبيبة أن «الإبر التي تُستخدم لمرّة واحدة تخفّض خطر الإصابة بالعدوى»، مضيفةً أن «العلاج بالوخز بالإبر آمن في المجمل؛ فيما المضاعفات القليلة نسبياً من استخدام هذا العلاج كانت نتجت من استخدام الإبر غير المعقّمة أو الاستخدام غير السليم للإبر، ليتحوّل الإجراء إلى ضارّ، ويتسبّب بالالتهابات وانهيار الرئتين وإصابة الجهاز العصبي المركزي».


الدكتورة نسرين مكارم

من جهةٍ ثانيةٍ، تفيد استشارة الطبيب (أو أحد أفراد العائلة أو الأصدقاء) عن ممارس معتمد للوخز بالإبر، فلا يقوم هذا الأخير بتشجيع المريض على التوقّف عن تلقّي علاجه والاكتفاء بالإبر، لأن دمج العلاجين ببعضهما يعطي المريض أحسن النتائج، حسب الطبيبة.

الحمل ليس مانعاً للوخز

هناك موانع للعلاج بالوخز بالإبر، في صفوف المرضى، الذين يعانون من انخفاض شديد في عدد الكريات البيض (Neutrophils) بالدم، كما يظهر بعد العلاج الكيميائي. كما لا يصحّ الوخز بالإبر في مواقع العدوى النشطة أو الورم الخبيث.
بالمقابل، الحمل ليس من الموانع المطلقة، حيث يستخدم الوخز بالإبر في حالة الغثيان المرتبط بالحبل. لكن، يمكن لبعض النقاط أن تحفّز المخاض، لذا يجب أن تطلع المرأة التي تتلقّى العلاج، المُعالج، عن حملها. أضف إلى ذلك، لا تُعدّ اضطرابات النزيف واستخدام مضادات التخثر من موانع الوخز بالإبر، لأنه تغيب مضاعفات النزيف، في صفوف المرضى، الذين يتناولون أدوية مثل: الـ «أسبرين» أو الـ «وارفارين».

تقنيّات مختلفة

هناك صعوبات في إجراء البحوث المقارنة بين الوخز بالإبر والطرق الأخرى في العلاج؛ يرجع الأمر إلى الاختلافات المتعلّقة في تقنيّة الوخز بالإبر، بدءاً من النقاط في الجسم، والتي توخز بالإبر، ومدّة وضع الإبر في النقاط المحدّدة، وطريقة تحريكها، بصورة يدويّة أو كهربائيّة. لذا، ليس العلاج بالإبر بسيطاً، كما هي العقاقير الطبّية. في معظم الحالات، تقوم العلاقة بين المريض والمعالج دوراً مهمّاً في تحديد النتيجة.

5 حميات رائجة
مكوناتها ومواصفاتها وفوائدها

بسبب إقبال الناس، نساءً ورجالًا، على التخلّص من أوزانهم الزائدة، بصورة سريعة، راجت حميات غذائية عدة، عاماً بعد عام، وتصدّرت الاهتمام، ثمّ تراجعت، لتتقدّم عنها أخرى جديدة. الجدير بالذكر أن كلمة «حمية» مُعرّبة من اليونانيّة، حيث diaita تعني أسلوب حياة، الأمر الذي يؤكّد على أهمّية اتباع الحميات المخسّسة التي تمثّل أسلوب حياة صحّياً على الدوام. في هذا الإطار، تقيّم اختصاصية التغذية نانسي ريحاني بعض الحِميات الرائجة أخيراً.

بيروت | **ماغي شمَّا Maguy Chamma**



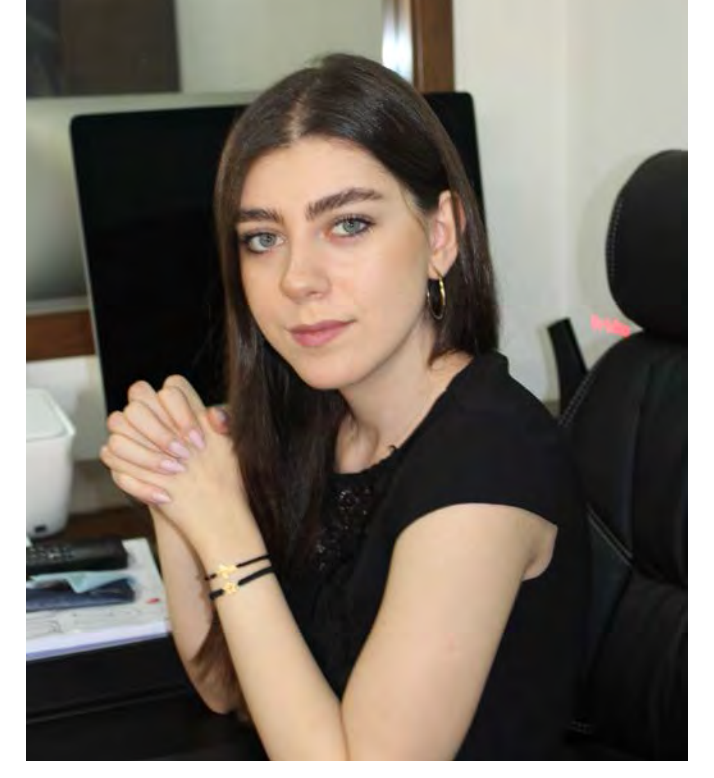
تُعرف الحميات المُصمّمة لفقد الوزن، بصورة سريعة، بـ «الحميات المبتدعة» fad diets، مع إشارة الاختصاصيّة إلى صعوبة المداومة على اتباعها، وعلى رأسها الـ «كيتو لايت دايت».

1 حمية الـ«كيتو لايت» Keto Lite

تُسمّى هذه الحمية الشائعة أخيراً بـ Lazy Keto أيضاً، وهي تختلف عن نظام الـ «كيتو» الكلاسيكي، ولو أن جوهر الحميتين هو حذف الكربوهيدرات من وجبات الغذاء اليومي. لكن الـ «كيتو لايت» تسمح لمتتبعيها بتناول المزيد من البروتين، بخلاف نظام الـ «كيتو» الكلاسيكي الذي يحدّ كمية البروتين إلى 20%، كما لا تكترث الحمية الجديدة بالسعرات الحراريّة الواردة إلى أجسام متتبعيها، في مقابل نظام الـ «كيتو» الأصلي، الذي يحسب مقدار كل صنف متناول.
في الخلاصة، يبدو كل من الـ «كيتو» والـ «كيتو لايت» غير مستدامين، لحرمان المتتبعين من النشويات.

2 الحمية النباتيّة المرنة Flexitarian Diet

يمزج عنوان الحِمية كلمة نباتي vegetarian بكلمة مرن flexible، فيما هي تقوم على التخفيف من استهلاك المنتجات الحيوانيّة



اختصاصيّة التغذية نانسي ريحاني:
لا ينصح بالانسياق وراء الموضة في كلّ ما يتعلّق بالصحّة والغذاء

في الغذاء، من دون إلغائها، كما يفعل النظام النباتي الصارم الذي ينهي متتبعيه عن استهلاك اللحوم الحمراء والدواجن والبيض والألبان ومشتقاتها. أضف إلى ذلك، لا تُلزم الحمية «المرنة» متتبعيها باستهلاك عدد معين من السُعرات الحراريّة، في اليوم، كما لا تمنعهم من تناول أي من الأطعمة، وبالتالي هي تصنّف على لائحة الأنظمة الغذائية المُستدامة والصحّية.

3 النظام الغذائي الحجمي Volumetric Diet

يدعو هذا النظام الغذائي متتبعيه إلى تناول كمّ مفتوح من الأطعمة ذات السعرات الحراريّة المنخفضة، كالخضروات والفواكه واللحوم قليلة الدهون. وهو يعدّ مناسباً للأفراد الذين يتمتعون بشهية مفرطة للطعام، وذلك لأنّه يشجّعهم على استهلاك الألياف بوفرة، الأمر الذي يساعد على الشعور بالشبع. علماً أن اتباع هذا النظام الغذائي لا يعني إلغاء النشويات والدهون من الوجبات، لأنّه يترتب على ذلك نقص في بعض المغذيات وخلل في بعض الوظائف الأساسية للجسم. في كل الحالات، ينصح باستشارة الطبيب أو اختصاصي التغذية قبل الالتزام بأية حمية، حسب نصائح الخبيرة نانسي.

4 الحمية قليلة الـ«فودماب» Low FODMAP Diet

أثبتت هذه الحمية أهمّيتها في علاج أعراض القولون العصبي، وأصبحت من الحميات الرائجة أخيراً، فهي تركّز على الحدّ من مجموعة الكربوهيدرات والسكّريات قصيرة السلسلة التي يتم تخمّرها واستهلاكها من قبل البكتيريا في الأمعاء، ما يؤدي إلى إنتاج الغازات والنفخة والإسهال (أو الإمساك) والأوجاع لدى المصابين بـ «متلازمة القولون العصبي». في هذا الإطار، تلفت الاختصاصيّة نانسي إلى أن «المصابين بمتلازمة القولون العصبي حصراً يفيدون من هذه الحمية»، وتضيف أن «الطبيب هو الوحيد المخوّل تشخيص أي حالة صحّية، فليس كلّ من يعاني من النفخة مصاباً بمتلازمة القولون العصبي، علماً أن هذه الحمية صعبة التطبيق، من دون اللجوء إلى الاختصاصيين».

5 حِمية «مايند» The Mind Diet

تجمع حمية «مايند» MIND بين فوائد حمية البحر المتوسط والنظام الغذائي الهادف إلى الحدّ من ارتفاع ضغط الدم، وتهدف إلى تحسين الصحّة الدماغيّة والقدرات الإدراكيّة، بالإضافة إلى فقدان الوزن بشكل آمن وصحي. وهي تركّز على الأطعمة الغنيّة بمضادات الأكسدة والفيتامينات، بالإضافة إلى الأحماض الدهنية (أوميغا_3). تشتمل أغذية «مايند»، على: التوت والخضروات الورقيّة والمكسّرات وزيت الزيتون والسمك والحبوب الكاملة. بالمقابل، تحدّ الحمية من بعض الأطعمة، مثل: اللحوم الحمراء والسمن والزبدة والأطعمة المقلية والسكاكر.

نصائح من الاختصاصيّة

- **لا ينصح بالانسياق وراء الموضة في كلّ ما يتعلّق بالصحّة والغذاء.**
- **يفيد الابتعاد عن أي نظام غذائي يسمح بتناول كمّيات غير محدودة من عنصر غذائي محدّد (البروتين، مثلاً)، مع منع نوع آخر (النشويات، مثلاً).**
- **يوضع هدف طويل الأمد للحمية، بدلاً من اتباع نظام غذائي «صارم»، لمدّة قصيرة.**
- **تمارس الرياضة، بصفة مستمرّة.**
- **يبعد عن مواجهة التوتر بالإفراط في الأكل والشرب.**



وصفتان من الشوكولاتة

تعدّ الشوكولاتة الداكنة غنيّة بالمعادن؛ كالنحاس، والحديد، والمغنيسيوم، بالإضافة إلى المنغنيز الذي يدعم إنتاج، وتكوين الكولاجين، وهو البروتين الذي يُسهم في المحافظة على صحة وشباب البشرة، التي تفقد الكثير من رونقها بسبب جفاف الطقس في الشتاء، كما تُسهم المعادن الأخرى؛ كالكالسيوم في تجديد، وإصلاح خلايا البشرة، في هذا العدد نقدم لك وصفتين مع الشوكولاتة، تعززان جمال بشرتك، على أن يتم تناولهما بطريقة معتدلة.

دبي | **لينا الحوراني Lina Alhorani**

بسكويت الشوكولاتة

المكوّنات

- كوبان من الطحين.
- كوب واحد شوكولاتة ذائبة (أو يمكن شراؤها جاهزة).
- 3 بيضات.
- 4 ملاعق زبدة مذوبة.
- ملعقة صغيرة واحدة فانيليا.
- رشة صغيرة ملح (اختياري).
- قليل من الزيت؛ لدهن اليدين (حتى لا تلصق العجينة بشوبك الخبز أثناء المد).
- كوب واحد شوكولاتة مفرومة.

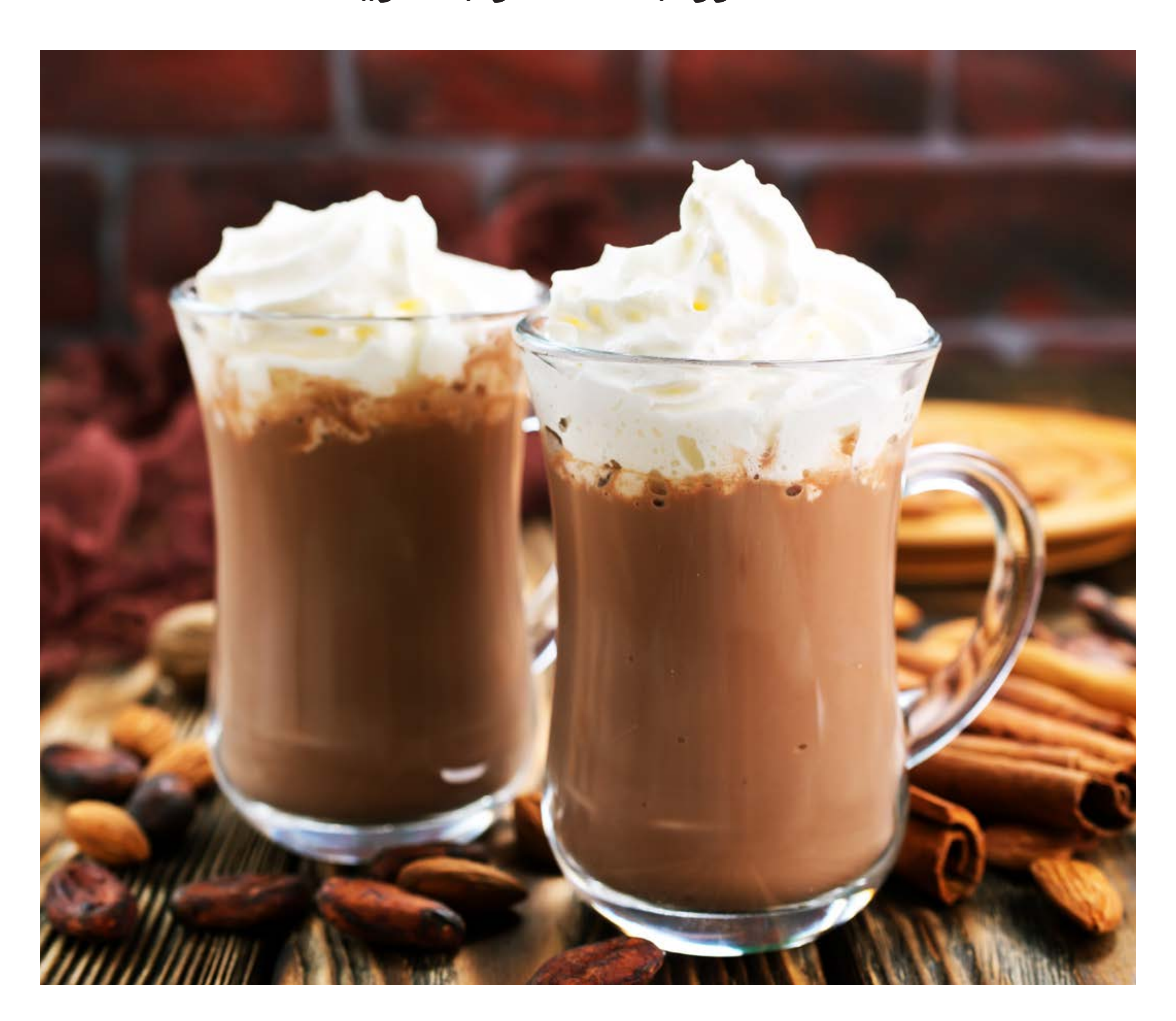
طريقة التحضير

1 نخفق الشوكولاتة الذائبة مع البيض والفانيليا والزبدة ونضيف الملح ونخلط المكونات؛ حتى تتجانس مع بعضها البعض. ثم نضع الطحين بالتدريج، لتصبح لدينا عجينة ناعمة وطرية.
2 يمكن أن تلتصق العجينة باليدين، فهذا عادي، ثم نتركها ربع ساعة لترتاح. بعد تغليفها بالنايلون.
3 تمد العجينة بالشوبك الخشبي، ثم نحددها بالقوالب التي نرغب بها. لتصبح لدينا قطع بسكويت نصفّها في صينية الخبز.
4 ندخل الصينية إلى الفرن على درجة 180 لمدة 10 دقائق. ثم يخرج البسكويت ويترك ليبرد. ستلاحظين أن طعمه بين البسكويت والبيتيفور.

مدة التحضير: 45 دقيقة - الكمية تكفي لـ6 أشخاص



مشروب الكاكاو بالكريمة



المكوّنات

• 6 ملاعق مسحوق كاكاو.
• 4 أكواب من الحليب.
• سكر «حسب الرغبة».
• كيس كريمة مخفوقة.
• قطع شوكولاتة صغيرة.

طريقة التحضير

1 قومي بعمل شراب الكاكاو بالطريقة المعتادة، ضعي ملعقتيْ كاكاو لكل كوب حليب وسكر وقلبي جيداً على النار وضعيه جانباً.

2 أخفقي الكريمة السائلة مع السكر البودرة لعمل كريمة كثيفة، وباستخدام قمع التزيين قومي بعمل وردة كبيرة أسفل الكوب وضعي شوكولاتة عيدان رفيعة جداً؛ كي تذوب سريعاً أو قطع شوكولاتة صغيرة بالطعم المفضل لديكِ.

3 صبي الكاكاو الساخن على الكريمة المخفوقة وقطع الشوكولاتة، ستلاحظين بعد ثوانٍ أن الكريمة المخفوقة في الكوب ستظهر أعلى الكوب، ثم قدّمي الشراب ساخناً.

وقت التحضير: 10 دقائق
الكمية تكفي لـ 4 أشخاص

الوظائف المناسبة لامرأة برج القوس

امـرأة برج القوس بحاجة إلى إيجاد دور وظيفي مثير للإهتمام يُعزّز حسـها الإبداعي ويُرضي طموحاتها. في الآتي، أكثر الوظائف مناسبةً لها:

بيروت | زينة حاموش Zeina Hamouche



رائدة أعمال

تمتلك امرأة برج القوس الإبداع لإبتكار منتجات وأفكار جديدة، جنباً إلى جنب مع الطاقة والدافع والطموح لإنجاز الأمور على أرض الواقع. يمكن أن يوفّر لها هذا المسار الوظيفي بسهولة فرصاً للسفر حول العالم، مما يجذب رغبتها في رؤية العالم والتعرف على الأماكن والثقافات المختلفة. كما سيكون لها الكاريزما اللازمة لإلهام الآخرين لإدارة وتنسيق أعمالهم.

مهندسة معمارية

شخصيتها الخيالية تؤهلها لأن تكون مهندسة معمارية، حيث يتطلب هذا العمل الإبداع والتطوير سواء من حيث التصميم أو التنفيذ.

وكيلة السفر

يجب أن يُظهر وكلاء السفر معرفة جيدة بالأماكن المختلفة التي يجب زيارتها وما تقدمه كل وجهة، وهذا سوف يروق للمرأة القوس. سوف تستمتع بتقديم المشورة للعملاء حول خطط السفر الأكثر جاذبية.

مترجمة

تتمتع المرأة القوس بمهارات الاتصال القوية اللازمة للنجاح في هذا الدور الوظيفي. وتعلم الترجمة يمكن أن يكون الطريقة المثالية لتنغمس في حبها للسفر والعمل في مهنة تستمتع بها وتلبي طموحها.

مندوبة مبيعات

من المرجح أن تجذب الطبيعة المتنوعة لهذا الدور المرأة القوس. فهذه الوظيفة تتطلّب الديناميكية ومهارة الإقناع. وهذا ما تتقنه المرأة القوس، فهي تجيد التحدث إلى أي شخص والتفاعل معه واستخدام طبيعتها المتحمسة والإيجابية للمساعدة في إلهام الناس لشراء منتجاتها أو خدماتها.

نجمة برج القوس: هايلي بيبر

تتمتع هايلي بالدوين بيبر بروح عطشى للمعرفة والتعلم، وخاصة اللغات، والجغرافيا، والفلسفة والحقوق. لديها أيضاً شخصية منفتحة على آراء الجميع، وهذا يحثّها على اختراق كافة الحدود بين البشر. هي مسافرة كبيرة، همها التواصل مع الناس ومعرفتهم حق المعرفة.

HOROSCOPE

18 ديسمبير - 25 ديسمبير

توقعات الأبراج

مصر | عبير فؤاد Abir Fouad

برج الحمل

الشمس والمريخ بمنزل الحظ يمنحانك في العمل طاقة وسرعة بديهة.. تقوم بواجبك وتجتهد، وتستطيع أن تتغلب على كل العراقيل وتحرز تقدماً. في الحب والحياة الاجتماعية.. رغم معاكسة الزهرة وعطارد تظهر هذا الأسبوع انسجاماً ووداً في معاملاتك، وفي الأفق اجتماعات عائلية دافئة، فقط الإثنين والثلاثاء: انتبه لخطواتك المهنية، وراجع حساباتك، لا تغامر ولا تهمل صحتك.. تجاهل الاستفزاز، ولا تستسلم للغضب، وقم بواجباتك العائلية بدون تذمر.

برج الثور

الإثنين والثلاثاء والجمعة: تحقق مكاسب مالية، وتنجز مهام عملك على أكمل وجه، وتجد علاجاً للمشاكل. في الحب أيضاً تعيش المشاعر التي ترجوها مع من تحب رغم تراجع الزهرة.. حينئذ القمر يمنحك ميلاً للرومانسية، وللتعامل بود مع الأحباب، فقط السبت والأحد والأربعاء والخميس: قد يكون جدول أعمالك مشحوناً، والضغوط المهنية تشغلك، وعليك أن تتروى في اتخاذ قراراتك، في هذه الأوقات.. حاول أن تسترخي لتتصرّف بحكمة.

برج الجوزاء

الشمس والمريخ بمواجهة برجك، وقد يؤدي ذلك إلى ضغوط أو تأجيل أو ضياع حقوق.. الاستفزازات مستمرة، وعليك أن تتجنب أي جدال ممكن أن يجرك للصدام، وراهن على السبت والأربعاء والخميس لتتقدم أعمالك.. حينئذٍ تحقق المعادلة الصعبة.. تفرض وجهة نظرك وتكسب الإعجاب، ما عدا ذلك، تأنّ في أقوالك وقاوم التشوش، وإذا كنت متزوجاً حاول أن تتقبل اختلاف الإيقاع ووجهات النظر مع شريك حياتك.

برج السرطان

عطارد بمواجهة برجك، وعليك أن تتحكم في ردود أفعالك، وتدرس جيداً قبل توقيع الأوراق والعقود. في الحب والحياة الاجتماعية.. تراجع الزهرة بمواجهتك قد يتسبب في بعض الخلافات مع الأحباب والأصحاب.. كن مستعداً للتسامح والتعامل بمرونة، وابتعد عن ردود الأفعال العنيفة، ومع ذلك الإثنين والثلاثاء والجمعة: يحالفك الحظ وتحقق تقدماً ملموساً، وتوظف جهودك في اتجاه سليم، وحينئذٍ يمدك القمر بالسِحر والقوة العاطفية.

برج الأسد

الشمس والمريخ داعمان مهنياً، والوقت مناسب للانتهاء من مسائل معلقة.. لا تتردد في المضي قدماً نحو إيجاد حلول لها. عاطفياً واجتماعياً أيضاً، تستمتع بالحب، وتتواصل بود مع الجميع، فقط الإثنين والثلاثاء والجمعة: كن كتوماً ومتواضعاً.. تجنب التشنج، وتذكر أن هناك خيطاً رفيعاً بين الإصرار والعناد.. حينئذٍ لا تحبط إذا تعقدت بعض الأمور.. اهدأ وكن لبقاً، وحاول أن تضاعف تركيزك تفادياً للأخطاء.

برج العذراء

الإثنين والثلاثاء والجمعة: في العمل.. يمنحك القمر قدرة على التفاوض والإقناع، وقد تنفتح أمامك أبواب الحظ في كل نشاط تنجزه. كما أن عطارد بمنزل الحب يعدك بالكثير عاطفياً واجتماعياً.. تتمتع بالحيوية في التعامل مع الآخرين، وتؤثر فيمن حولك، فقط السبت والأحد: اعتنِ بخطواتك، وقم جيداً بواجباتك، ولا تتسرع في ردود أفعالك مع الأهل، والأربعاء والخَميس: انتبه لأقوالك، وحافظ على السرية والكتمان.

برج الميزان

الشمس والمريخ بمنزل العلاقات.. تبدو أكثر تفاؤلاً وإقبالاً على الحياة، وقد تحول الأحلام لواقع، وتحصل على مساعدات مهنية مهمة تساعدك على حل مشاكلك. عاطفياً واجتماعياً.. رغم معاكسة الزهرة وعطارد، تصر على خلق أجواء إيجابية تساعدك على تخطي الخلافات، وتغمر الكثيرين بطاقتك العاطفية، فقط الإثنين والثلاثاء والجمعة: لا تعلن خططك، وتمهّل في حساباتك، ولا تلجأ للصوت العالي أمام أي مشكلات عائلية أو عاطفية أو اجتماعية.

برج العقرب

عطارد بمنزل العلاقات يمنحك يقظة ذهنية، وبراعة في الحديث، ويساعدك ذلك على الوصول لأهدافك.. تكمل مشوارك بنجاح، وستبدو فخوراً بإنجازاتك. في الحياة العاطفية والاجتماعية أيضاً يمكنك أن تقضي أوقاتاً عاطفية رائعة، رغم تراجع الزهرة.. هذا الأسبوع القمر يجعلك جذاباً وفاتناً، وتتألق بحضور أخاذ، فقط الأحد والأربعاء والخميس: يجب أن تضاعف تركيزك تفادياً للخسارة، ومن المهم أن تراجع أقوالك قبل التفوه بها.

برج القوس

هذا الأسبوع راهن على يومي الأربعاء والخميس.. حينئذٍ تتمتع بالحماس والإصرار والإرادة في العمل، وتحرز نجاحاً، وتوسع دائرة أعمالك، وتبني مشروعات على أسس سليمة. في الحياة العاطفية والاجتماعية.. تمنحك الأفلاك ظهوراً وجاذبية، ويغبطك الكثيرون، وتحصل على كلمات الثناء والمديح، فقط من السبت للثلاثاء، وأيضاً الجمعة: لا تغامر مالياً، وحافظ على الدقة في كل ما تقوم به من أعمال، واعتمد اللباقة والدبلوماسية.

برج الجدي

عطارد في برجك يدعمك مهنياً ومالياً واجتماعياً.. تجد من يدفعك للأمام، وتحقق نتائج قياسية. في الحب أيضاً، تجد السعادة العاطفية التي تبحث عنها، فقط من الأحد للأربعاء: اعتنِ بصحتك وسلامتك، وحاول أن تهدأ وتدير نفقاتك بحكمة.. قاوم التشوش، والتفت لأسلوب تعاملك مع المحيطين بك مراعاةً لمشاعرهم، وطوال الوقت: اعمل بعيداً عن العيون، ولا تفخر بما تنجز.

برج الدلو

السبت والأحد والجمعة: الفرصة سانحة في العمل لتقوم بخيارات سليمة.. تجمعك بالزملاء أو رؤساء العمل مناقشات تلهمك أفكاراً مفيدة لمستقبلك. في الحب والحياة الاجتماعية أيضاً، المريخ يدعم علاقاتك، ويجعلك مستعداً للمشاركة وللتعامل بمثالية.. تجد راحتك مع الأصدقاء والأحباب، وتنسى همومك معهم، فقط من الإثنين للخميس: سيطر على انفعالاتك واحمِ حقوقك، ولا تبخل على نفسك بوقت للراحة، وطوال الوقت: اعمل في صمت واحذر الخيلاء والتعالي.

برج الحوت

الشمس والمريخ معاكسان، قد تكون أمامك صعوبات.. احترس في شؤونك المالية وقراراتك المهنية، الظروف مواتية لتتقدم بمهارة نحو أهدافك.. حينئذٍ الوقت مناسب لإنجاز أعمالك. كما أن عطارد يعدك بالحب والصداقة.. قد تعيد أواصر صداقة قديمة، أو تكسب صداقات، وتدهشك مواقف البعض وتعرف قيمتهم، ضع حداً لحساسيتك، وطوال الوقت: لا تكشف أخبارك، وتجنب الزهو.

حُلولُ الغَضَب

مايا الهواري Maya Al Hawari
أول باحثة دكتوراه إماراتية في الذكاء العاطفي
@mayaalhawary



جوهرةٌ ثمينةٌ يمتلكها كلّ شخصٍ فإمّا أن يُحسِن استخدامها وتكون طريقه للرّفعة وإما العكس تكون سبب هلاكه، ألا وهي الصّمت، الذي يختلف عن السّكوت، إذ إنّ لكلٍّ منهما معنى مغايراً للآخر. فالسّكوت كما عرّفه علماء اللّغة بأنّه الإمساك عن الكلام حقّاً كان أو باطلاً، أمّا الصّمت فهو الإمساك عن قول الباطل دون الحق، فعن عليٍّ رضي الله عنه قال: (بكثرة الصّمت تكون الهيبة).

الكثير من نقاشاتِ البعض لا تؤدّي إلى نتيجة جيّدة، لأنَّ تلك النّقاشات لا تهدف لحلّ موضوع النّقاش، إنّما لإثبات فكرةِ ورأيِ كلّ طرفٍ من الأطراف، وهذا ما يحول دون الوصول للغاية، ولكنْ إن تحلّت الأطراف بالحكمة وتمتّعت بالصّمت الفعّال الّذي تُنجَز من خلاله أعظم الأعمال تمّ الوصول للهدف المرجوّ من النّقاش.

ولعلّ أكثر المواقف طلباً للصّمت يكون عند الغضب، فيكون بمثابة قوّة عظيمة يتمتّع بها الشّخص، ويكون إمّا بالتّريّث والعدّ للعدد عشرة - كما تعلّمنا منذ الصّغر-، وإما بالخروج من المكان ريثما تعود السّكينة والهدوء للنّفس، وبالتّالي إعادة تحليل الموقف وإطلاق الحكم السّليم، فيكون الصّمت أرقى وسيلة للرّد على كثير من الكلام، والرّسول الكريم في الحديث الشّريف يقول: (من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليقل خيراً أو ليصمت)، ولا بدّ من تعليم النّفس أبلغ اللّغات، ألا وهو فنّ الصّمت في زمن الثّرثرة. وذلك عن طريق ممارسة الرّياضة، وخاصّة في الهواء الطّلق الّذي يعمل على تهدئة النّفس ويزيد من نسبة هرمون الدّوبامين والأوكسيتوسين والسيروتونين، ما يحفّز على زيادة الهدوء والتّوازن في الجسم.

كما يلجأ البعض لمعالجة الغضب عن طريق التّأمّل والتّنفّس بعمق بطريقةٍ صحيحة تجعل الجسم يشعر بعملية دخول الهواء وخروجه بعملية الشّهيق والزّفير، هذه الطّريقة فعّالة جدّاً، ذلك أنّ كمّية الأكسجين النّظيف الذي تحمله عملية الاستنشاق يصعد للدّماغ، ويجعل الشّخص يشعر بسعادةٍ عارمةٍ وراحةٍ نفسيّةٍ داخليّة كبيرة، وبالتّالي فإنّ ذلك يخفّف من الأعباء الّتي تقع على كاهل الإنسان، وهذا دليلٌ على أنّ ممارسة الرّياضة في الهواء الطّلق واستنشاق الأكسجين الصّافي الّذي تطلقه الأشجار يكون سبباً في الحصول على السّعادة الدّاخليّة الّتي بدورها تكون سبيلاً لسعادة الآخرين.

ومن ناحيةٍ أخرى يُعدّ الصّمتُ عبادةً من غير عناءٍ، وزينةً من غير حُليّ، يتحلّى بها الإنسان الحكيم في المواقف الّتي تتطلّب الصّمت، حيث يضع الأمور في نصابها الصّحيح، ويستوعب العواقب التي تترتّب على حدّة الكلمات المنطوقة، فلا ينطق إلا خيراً، وبالتّالي لا يكتب ملك اليمين إلا الحسنات والخير، قال الله تعالى في كتابه العزيز: (ما يلفظُ من قولٍ إلّا لديه رقيبٌ عتيد)، فالصّمتُ لغة العظماء.



WWW.ALJAMILA.COM

تصفّح أسهل وميزات عصرية مواكبة لأعلى المعايير

